

栄公民館事業

きっかけの1歩「動きの教室」

～簡単な運動で転びにくい体作り～



- と き 令和5年7月6日(木) 13:30～15:00
- と ころ 栄公民館(農村環境改善センター 和室会議室)
- 講 師 日本ウォーキング協会認定指導員 菅井 国次さん
- 定 員 20人(超過の場合は抽選)
※受講決定者のみハガキで通知します。
- 参加費 無料
- 申込期限 6月20日(火)
- 申込み/問合せ 三条市栄公民館(農村環境改善センター内)
TEL 45-5685 FAX 45-6661
MAIL sakaec@city.sanjo.niigata.jp

栄公民館メールアドレス



----- き り と り -----

きっかけの1歩「動きの教室」受講申込書

住 所(〒) _____

電話番号(自宅) _____

年齢 _____

ふりがな

氏 名 _____