

健康体操教室

衰えやすい体の部位、日常生活に不可欠な筋力アップやウォーキングなどの有酸素運動も取り入れながら体力維持を図り、健康寿命を延ばすことを目的とした教室です。

日 時 10月19日(月)

10月26日(月)

【予備日：11月2日(月)、11月9日(月)】

時 間：午前10時30分～正午

※雨天中止

会 場：岩槻諏訪公園(岩槻区諏訪4-4)

※お車でのご来場はご遠慮ください

対 象：屋外で運動が可能な50歳以上の方、20人

参加費：500円(2日分)

持ち物：タオル、飲み物

申し込み・問い合わせ：

10/13(火)までに、①教室名 ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号を
電話、FAX、またはEメールで応募してください。

※申し込み多数の場合は抽選

岩槻温水プール

TEL：048-758-2301 FAX：048-758-2302

Eメール：iwatsuki-pool@sgp.or.jp

個人情報の取扱いについて

教室等の申し込みに係る個人情報については、目的外の利用はいたしません。取扱いは適正に行い、ご本人の同意なく第三者へ開示提供することはありません。(法令等により要求された場合を除きます)当協会の個人情報保護方針は次のアドレスからご確認いただけます。

<http://www.sgp.or.jp/about/private.html>