

厚生労働大臣認定 健康増進施設

厚生労働省認定 指定運動療法認定施設

『健康いきいき教室』

今、あなたに必要なのは正しい運動を知って健康長寿!!

期 間: 令和4年2月2日(水)～3月26日(土) 8回コース

①毎週水曜日・②毎週木曜日・③毎週土曜日のいずれかのコースをお選びください。

※①～③各コースとも 午前9時30分～10時30分

場 所: オーバルスポーツコム玉野(メルカ3F)

参加費: **無料** ※但し、お風呂をご利用の場合は220円(1回につき 税込)

対 象: 市内在住で65才以上の方(各定員15名)

※お医者さんから運動を止められていない方

※参加は、お1人様1コース限りとなります

準備物: 運動が可能な服装・シューズ・飲み物

汗拭きタオル・水着・スイムキャップ

※お風呂をご利用の方は、入浴に必要なもの



コロナ対策実施中

当クラブは3密を避け、感染症対策ガイドラインに沿って運営をしています。
みなさまが安心してご利用していただけるよう対策をしっかりとってスタッフ一同お待ちしております。

問い合わせ、申し込みは…

オーバルスポーツコム玉野