

お知らせ

元気パワーアップ運動教室

日時

10月6日、13日、20日、27日（水曜日・全4回）
午前10時～午前11時30分

対象

市内在住の60歳以上の人、または障がい者

内容

ストレッチやタオル、ボールを使った軽運動、コグニサイズなど

講師

春日井市スポーツ・ふれあい財団 健康運動指導士

定員

20人（定員を超えた場合は抽選）



参加費

1,000円

申込み

往復はがき 9月17日（金）〈必着〉

①講座名 ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥障害の有無
上記①～⑥を記入してお送りください。

問合せ

〒486-0857 春日井市浅山町1丁目2番61号

総合福祉センター

電話 (0568) 84-3611 FAX (0568) 84-3933