

元気パワーアップ運動教室

日にち：1月24日、31日、2月7日、14日（火曜日・全4回）

時間：午前10時から午前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（障がい者は障がい者手帳の提示で無料）

申込み：往復はがきに

①講座名②住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥障がいの有無を書いて

12月23日（金）【必着】までに総合福祉センターへ



問合せ

〒486-0857 春日井市浅山町一丁目2番61号

総合福祉センター

電話 (0568) 84-3611 FAX (0568) 84-3933

