

７月　７日（木）

６月　９日（木）

５月１２日（木）

９月２９日（木）

１０月１３日（木）

９月１５日（木）

９９月２０日（火）

|  |  |
| --- | --- |
| **対象** | どなたでもご参加できます。障害のある方もお気軽にご参加いただけます。 |
| **参加費** | 会員　１回２００円　　非会員３００円　※障害のある方は無料 |
| **持ち物** | 体育館シューズ、運動できる服装、飲み物、ほか |
| **主催** | 認定ＮＰＯ法人つけちスポーツクラブ |
| **注意事項** | 万一事故が発生した場合、主催者はイベント傷害保険に加入している範囲内及び応急処置以外の責任は負えません。 |

４月２１日（木）

楽々

エアロビックと

心と身体のリフレッシュをしませんか？

身体改善ストレッチ教室

６月２３日（木）

参加申し込み書

**(電話・メール・FAXでも受付けます)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 氏　名 | 年　齢 | 住　所 | 町内会 | 電話番号 | 備　考 |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 　　　　　　　　　　　　（エアロビック）※万一事故が発生した場合、主催者はイベント傷害保険に加入している範囲内及び応急処置以外の責任は負えません。※介助等が必要な方は、補助していただける方の同伴をお願いします。 |

日にちち

５月２６日（木）

９月　１日（木）

時間

１３：００～１４：００

場所

付知Ｂ＆Ｇ海洋センター

（電話：82-2005）

**講師　清水　美由紀　先生**

○ダンスカンパニーFLAT BACK 所属

○数々の大会で優勝などの輝かしい成績を収められています、また指導者としてエアロビックの楽しさを広められています。

**エアロビックを楽しもう**

○エアロビックは、体を動かすだけでなく、頭の体操でもあります。

仲間への思いやり、あいさつ、続けて頑張る心の強さ…など、エアロビックを通して、大切な何かを学んでいけたらと考えています。

（きりとり）

|  |  |
| --- | --- |
| **申込み・問合せ** | 中津川市付知町５６９２番地 付知Ｂ＆Ｇ海洋センター内　　　電話：0573-82-2005　FAX：0573-82-2257　　　メール：info@tsukechi-sc.org |
|  |  |