

胆沢総合体育館自主事業  
健康体操教室およびニュースポーツ体験

- 目 的 スポーツに楽しむきっかけづくりを行い、スポーツ人口の拡大を図りながら、地域全体の健康保持・増進と生涯スポーツの振興に資することを目的とする。

～ 楽しく身体を動かし冬期間の運動不足を解消しましょう ～

- 主 催 一般社団法人奥州市スポーツ協会 胆沢総合体育館

- 日 時 1月 令和8年 1月20.27日（火）  
2月 令和8年2月10.17.24日（火）  
3月 令和8年3月10.17日（火）
- 10:00～12:00（9:30～受付）

- 場 所 胆沢総合体育館（1階体育室）

- 対 象 シニア

- 参加料 一人1回 200円  
参加費は当日、受付にてお支払いください。

- その他 飲物、タオル、室内専用シューズ持参。運動しやすい服装でご参加ください。  
ヨガマットの貸し出し可能ですが、お持ちの方は持参願います。

- 申込み・ 開催10日前までに下記のいずれかにてお申し込みください。

問合せ先 QRコードでお申込み⇒申込後、Googleフォームから確認メールが送信されます。  
申込書でのお申込み ⇒別紙申込書に記入しFAXまたは体育館窓口へ提出願います。  
なお、不明な点がございましたら下記連絡先に問い合わせ下さい。

TEL 0197-46-3427 FAX 46-3644 （担当：岩淵）

メール: taikyo-isawa23@gmail.com

QRコードでお申込みはこちらから⇒



健康体操教室・ニュースポーツ体験申込書

申込日	令和    年    月    日				
フリガナ		年齢		性別	
氏 名		TEL			
住 所					