

**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よう ～

- 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、不明な点があり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:岩渕)

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				