（公財）富山市スポーツ協会　スポーツセミナー





遊悠元気塾

呼吸やストレッチ、簡単な運動で

心と体の元気力アップ★

日時　金曜日　9時30分～11時00分（全10回）

月	日
1月	8日、15日、22日
2月	5日、12日、19日、26日
3月	5日、12日

定員
30名

対象
概ね60歳以上

講師
林　真寿美　氏

場所
水橋会館　多目的ホール
(富山市水橋辻ヶ堂1275-30)

申込方法　富山市スポーツ協会ホームページから申込（12月16日まで）
12月17日以降は、076-432-1117にお電話ください。
定員に空きがあれば随時参加可能

スポ協HP

参加料　6,000円（10回分）　途中参加6回目以降は3,000円
参加料は1回目に現金にて徴収（1回目に支払できない場合は振込）

持ち物　内履き、タオル、飲み物

問い合わせ　(公財)富山市スポーツ協会
富山市婦中町速星754（婦中行政サービスセンター 2階）
［TEL］076-432-1117　［FAX］076-405-9390

LINE公式アカウント　友達登録はこちらから
あなたが今！知りたい情報をすばやくGET！！