



呼吸やストレッチ、簡単な運動で

心と体の元気力アップ★

遊 悠 元 気 塾

日時

金曜日 9時30分～11時00分(全10回)

月	日
1月	9日、16日、23日、30日
2月	6日、13日、20日、27日
3月	6日、13日

定員 30名

参加料 5,300円
(10回分)

場所 水橋会館 多目的ホール
(富山市水橋辻ヶ堂 1275-30)

対象 概ね60歳以上 講師 林 真寿美氏

申込方法 富山市スポーツ協会ホームページから申込

申込期日 11月20日(木)～12月10日(水)
応募多数の場合は12月11日(木)に抽選し、
応募者全員にメールで結果を通知します。

持ち物 内履き、タオル、飲み物



スポ協HP

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!!