



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
9月	11日、18日、25日
10月	2日、9日、16日、23日、30日
11月	6日、13日

定員 30名

参加料 6,000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にお電話ください。

申込期日 8月5日(水)～8月19日(水)
応募多数の場合は8月20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

遊
悠
元
気
塾



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!!