

城島校区健康体操教室

講師 後藤澄子 氏



- 資格 日本体育協会公認スポーツ推進員
- 指導歴 健康体操40年

ボール、ゴムチューブを使った軽い筋トレ運動やリズムダンスなどを中心に行っています。
運動不足の方、一人だとさぼってしまうという方にはオススメの教室です。

場 所	城島校区コミュニティセンター(城島総合支所隣)			
日程 (火曜日)	11月5日	11月12日	11月19日	11月26日
	12月3日	12月10日	12月17日	12月24日
Aコース	13:15 ~ 14:15 (計8回)			
Bコース	14:45 ~ 15:45 (計8回)			
参加費 (各コース同額)	統合前の城島小学校区内にお住まいの方 ⇒ 1,000円 統合前の城島小学校区外にお住まいの方 ⇒ 1,500円			

《申込み・問合せ先》

- ・ 2024年 10月7日(月)10:00~(時間厳守します)
- ・ 電話または来館、QRコードにて予約受付します(FAX不可)。
<https://forms.office.com/r/EAN5h6Uapu>
- ・ 各コース先着順、定員(40名)になり次第終了します。
(ご希望であれば、両方のコースのお申込みもできます。)
- ・ 必ず、注意事項等をご確認の上、お申込みください。
- ・ 申込みされた方は裏面の申込用紙に必要事項を記入し、**教室開始日**に参加費と一緒に持ちください。



城島校区コミュニティセンター(城島総合支所隣)
久留米市城島町檜津743-2
0942-27-8280(平日9:00~17:00)