

2022年
令和4年度「健康教室」
若さを保つ整体体操



ゆっくりと無理のない動きで、身体を伸ばしていきます。
色々な所が伸びて、身体がとてもスッキリします。
綺麗な姿勢になって、若さを保ちましょう♪



- ＝コロナウイルス感染症の感染拡大防止のために＝
- ・教室受講人数を28名までとさせていただきます。
 - ・体温が37度以上の方はご参加をご遠慮ください。
 - ・受講中は、大声を出さない、至近距離で話さない、をお守りください。
 - ・アルコール消毒液はクラブで用意いたします。
 - ・講師はフェイスシールド着用での指導となります。
- 以上のご協力をお願いいたします。

木曜日開講
令和4年度◆4クール◆

1月 12、19、26日

2月 2、9、16日

3月 2、9、16、23日

全10回

時間：10：00～10：50

会場：スポーツ交流館
多目的ホール

講師：鈴木順子氏

受講料：会 員 3,000 円

非会員 6,000 円

持ち物：タオル・飲み物など

<申し込み・問合せ先>

さばえスポーツクラブ
鯖江市宮前2丁目9-1
鯖江市スポーツ交流館内

TEL/FAX:0778-51-8618



さばえスポーツクラブはみなさまからの会費にて運営しています。この教室は、地域のみなさまのご要望にお応えして開講しています。長く安定した教室を存続する為に、お友達をお誘いいただく等、口コミが有効です。みなさまのあたたかいご協力をどうぞよろしくお願いいたします。



領 収 証

様

金 円

※さばえスポーツクラブ健康教室「若さを保つ整体体操」代として上記金額領収しました。



キリトリ

令和4年度 若さを保つ整体体操（木）4クール受講申し込み書

会 員 （ さばえ SC ・ 東陽 SC ・ 鯖江北 CSC ） ・ 非会員

氏名（ ）男・女 緊急連絡先（ ）

※非会員の方、及び東陽 SC、鯖江北 CSC の方は記入してください

住所

生年月日 年 月 日生

領 収 印

受 付 日

