

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◆3クール◆



10月 6、13、20、27日
11月 10、17、24日
12月 1、15、22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。



令和4年度 若さを保つ整体体操（木）3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

