

あなたが夢中になれる運動・スポーツを探しませんか？

目黒区立碑文谷体育館

教室募集案内

URL: <https://www.himonyataiikukan.com>

目黒区立碑文谷体育館オフィシャルサイト

検索



シニアリトミック教室

※妊娠している方はご遠慮ください
※介助が必要な方は介助者同伴

日程	9月4日～10月2日 毎週水曜日 全5回		
対象	区内在住・在勤 60歳以上		
時間	11:15～12:15	定員	20名（定員を超えた場合は抽選）
費用	2,500円(保険料込)	会場	碑文谷体育館 会議室
持物	運動が出来る服装・タオル・飲み物	講師	NPO法人バンビーナクラブ 松本 裕子氏 他
内容・効果	音楽に合わせて体を動かし、五感を刺激し心身機能の維持増進につながる内容です。頭と心をリフレッシュしましょう！ 日常の歩行の改善、転倒予防にも効果が期待される教室です。		

【募集期間】7月15日（月）～8月12日（月）必着 【抽選結果】8月21日（水）迄にご連絡致します。
【結果連絡方法】インターネットでお申し込みの方はメール、その他での申し込みの方はハガキでご連絡致します。
※メールアドレス→「himonya - gym@h00.itscom.net」でご連絡致します。端末の設定・環境をご確認ください。

※当落結果が届かない場合は、碑文谷体育館へご連絡ください。

申し込み方法

教室名(コースが複数ある場合は、ご希望のコース名をご記入ください)・郵便番号・住所・参加者氏名/保護者氏名(ふりがな)・電話番号・年齢を必ずご記入のうえ以下の方法でお申し込みください。

※区外在住で在勤・在園の方は在勤・在園先の名称・所在地も必ずご記入ください。(参加者が対象です)

①ハガキ	必要な事項を必ずご記入の上お申し込みください。
②スポーツ講座 申し込みシステム	碑文谷体育館HPまたは目黒区HPへアクセスしてください。 必要な事項を必ずご入力の上お申し込みください。
③受付窓口 またはFAX	必要な事項を必ずご記入の上お申し込みください。 ※申し込み用紙は碑文谷体育館HPからプリントアウトする事もできます。 ※送信後は必ず碑文谷体育館に送信確認を行ってください。

目黒区立 碑文谷体育館 〒152-0003 目黒区碑文谷6-12-43
TEL:03-3760-1941 FAX:03-3760-1943