

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

※介助が必要な方は介助者同伴

| | | | |
|-------|--|----|------------------------|
| 日程 | 4月9日～5月7日 毎週水曜日 全5回 | | |
| 対象 | 区内在住・在勤 60歳以上 | | |
| 時間 | 11:10～12:10 | 定員 | 10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】2月15日（土）～3月2日（日）必着 【抽選結果】3月19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 - class@b06.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。 ※虚偽の記入があった場合には、申込を無効とさせていただきます。
※区外在住で在勤の方は在勤先の名称・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