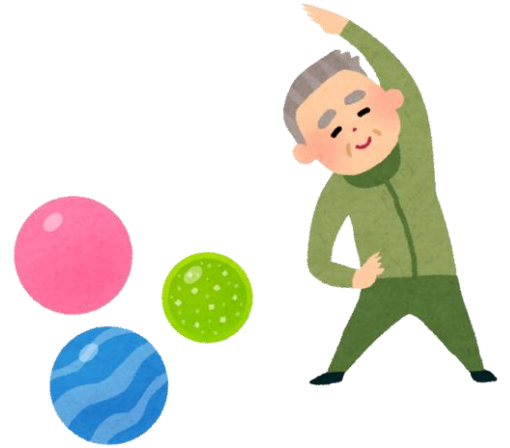


# のびのび健康クラブ（Ⅱ期）

自分の体力レベルに合わせて運動強度を選び、無理なく楽しく体を動かしていきます。椅子やゴムボールを使ったやさしいストレッチや体力維持運動を中心に、一人ひとりのペースで安心して続けられる教室です。

- 1 主催 公益財団法人守山市文化体育振興事業団
- 2 日程 9月4・11・25日、10月16・23日  
11月6・13・20・27日（金曜日:全9回）
- 3 時間 9：30～11：00（90分間）
- 4 場所 守山市民体育館 大アリーナB
- 5 対象 守山市内在住、在勤の50歳以上の方（定員20名／最少実施人数10名）
- 6 参加料 6,400円/名（傷害保険料含む）  
ルシオールM<sup>2</sup>スポクラブメンバー 5,400円/名（傷害保険料含む）
- 7 指導者 健康運動指導士 高橋珠美氏
- 8 申込方法 7月1日（水）10：00から電話受付（先着順）
- 9 正式手続 窓口まで正式申込（7月31日（金）17：00まで）にお越してください。  
※期限内に参加料の納入がない場合は、キャンセルとします。



## 10 その他

- ①運動のできる服装、上靴、バスタオル、飲み物等をご持参ください。
- ②万一の傷害につきましては、応急処置は行いますが、以後の責は傷害保険によるものとします。
- ③申し込み後のキャンセル（参加料の返金）はできません。
- ④ルシオールM<sup>2</sup>スポクラブメンバーの方はⅢ期も継続して受講して頂くことが可能です。
- ⑤事業記録・広報用として写真撮影をします。掲載にあたり支障のある方は事前にお申し出ください。



- 11 問い合わせ 守山市民運動公園 ルシオールM<sup>2</sup>スポ事務局  
〒524-0051 守山市三宅町100  
受付時間 9：00～17：00まで（火曜日と祝日の翌日は休園日）  
TEL/077（583）5354 FAX/077（583）5853