



健康寿命
を伸ばす

脳とカラダのアンチエイジング リズム体操講座



やさしい運動と歌うことにより、
脳を刺激しながら日常生活に
支障ない身体作りのサポート
をしていきます！
初めての方でも楽しく参加
できます♪



※写真はイメージです。

- ◆ 開 講 日 時 : 平成30年12月10日 (月)
10:30~11:30
- ◆ 定 員 / 対 象 : 10名 (先着順) / 50~80代の歩行が可能な方
- ◆ 受 講 料 : 900円 (教材費込)
- ◆ 持 ち 物 : 運動が可能な靴、タオル、飲み物
- ◆ 受 付 ・ 申 込 : 平成30年8月15日 (水) 午前9時より、
直接引佐多目的研修センター窓口、またはFAX・メールにて
下記の受講申込書の必要事項をご記入の上、お申込み下さい。
※持病をお持ちで不安な方は職員にお申し付けください。



引佐多目的研修センター 浜松市北区引佐町井伊谷248番地186
☎053-542-0250 FAX:053-542-0251 メール:inasatamoku@birukan.com
主催:浜松市引佐多目的研修センター(指定管理者 東海ビル管理株式会社)

キリトリ

『12月リズム体操』受講申込書

平成 年 月 日

フリガナ
受講者氏名: 男・女

年齢:

電話番号:

緊急連絡先:

住所: