

平成29年度 (公財)杉並区スポーツ振興財団 区民スポーツ教室

キレイな姿勢に
なりたいあなたに
ピッタリです

ステキに
筋力トレーニング
参加者募集

身近な施設・身近な場所で運動を
始めてみませんか?



【講師】豊澤 直子

- ・杉並区公認スポーツリーダー
- ・公益財団法人日本体育協会公認スポーツリーダー



3/10(土)
10:00~12:00

ワンコインでご参加いただけます

公益財団法人
杉並区スポーツ振興財団

お申し込みは2月1日(木)よりお電話にて
TEL.03-5305-6161

**普段なかなか運動できない。健康のために何かやりたい。
そんなあなたにお勧めの1回限りのレッスンです。
続くかな？なんて悩む必要はありません。
身体を動かすきっかけを作しましょう！**

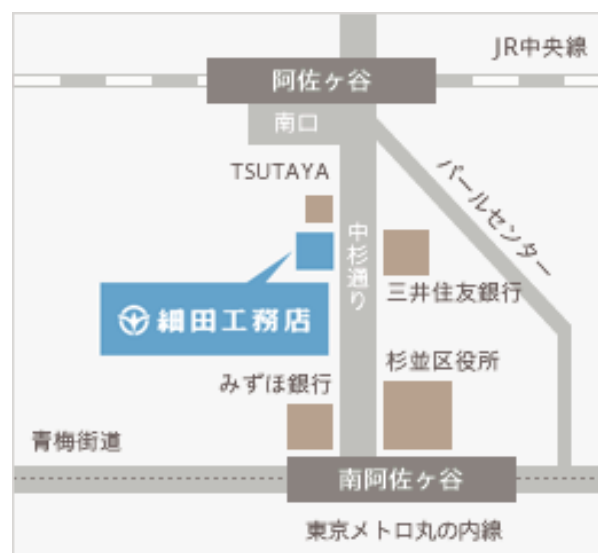
- 【日 時】平成30年3月10日(土)
10:00～12:00(準備・片づけを含む)
- 【場 所】株式会社細田工務店杉並リボン館
(阿佐ヶ谷南3-35-21)
- 【参加費】500円(当日受付でお支払いください)
- 【対 象】杉並区在住・在勤・在学で15歳以上(中学生は除く)
- 【定 員】20名
- 【申 込】電話(03-5305-6161)にて
(公財)杉並区スポーツ振興財団まで申込み
- 【持ち物】運動できる服装・運動靴(室内用)・飲み物・タオル

《JR中央・総武線》

阿佐ヶ谷駅より徒歩3分

《東京メトロ丸の内線》

南阿佐ヶ谷駅より徒歩6分



【 申込・お問合せ先 】

公益財団法人杉並区スポーツ振興財団

〒166-0004 杉並区阿佐谷南1-14-2 みなみ阿佐ヶ谷ビル8階

TEL 03-5305-6161

