

健康増進トレーニング教室Ⅲ

誰でも簡単に出来る運動で、心地よい汗を流しませんか？

【 対 象 】 身体障害者

中・高齢者(概ね 40 歳以上)

※詳細は、お問い合わせください。

【 定 員 】 10 名

【 実施日時 】 **①1/14 ②1/21 ③1/28 ④2/4**
木曜日 10:30～11:30

【 参加費 】 **840円** (教室初回時にお支払い下さい)

【 内 容 】 簡単な体操やストレッチ、マシーントレーニング等

【 申込方法 】 別紙申込用紙に必要事項を記入し、下記までお申込ください。
(持参・郵送・FAX可)

【 申込〆切 】 **1 月 7 日 (木)**

【 ご注意 】

- ※ FAXでお申込の方は、当館職員までお電話にて送信の確認をしてください。
- ※ 電話による申込や受付期間以外での申込は出来ませんのでご了承下さい。
- ※ 定員を超えた場合は抽選を行います。抽選に漏れた方のみ、電話または FAX でお知らせします。
- ※ 教室の前や終了後に、施設をご利用頂く場合は別途使用料金が必要です。
- ※ トレーニング室には 15 分前から入場可能ですが教室開始時間までのご利用はご遠慮下さい。
- ※ 教室を欠席・中断された場合の返金は出来ません。
- ※ 開催期間が重複するトレーニング教室への同時参加は出来ません。

【 お問い合わせ・申込み先 】

兵庫県西播磨総合リハビリテーションセンター

ふれあいスポーツ交流館

〒679-5165 兵庫県たつの市新宮町光都1丁目7番1号

TEL (0791)-58-1313

FAX (0791)-58-1323