

# 西体育館スポーツ教室



## 転倒予防！パラティク/体操教室

運動初心者を対象にからだほぐし、音楽に合わせた運動、筋トレなど様々な運動を行います。

講師 眞鍋 峰子 先生

日程：平成31年1月22日～3月12日  
毎週火曜日 全8回

時間：13時30分～14時30分

参加料：5,600円

対象：18歳以上

定員：20名(多数の場合抽選)

募集期間：12月1日～12月20日(必着)

応募方法：往復はがきに

①教室名 ②住所 ③氏名(ふりがな)

④年齢 ⑤電話番号

を記入して、ご応募ください。

お申込み：〒819-0041

お問合せ 福岡市西区拾六町1-13-35

福岡市立西体育館

TEL:092-882-5144

