

令和3年度スポーツ健康推進事業
千葉県スポーツ振興基金助成事業

エアロビクス教室開催要項

- 1 目的 エアロビクスを通して市民の健康づくりを目指し、誰もが気軽にできるスポーツの普及を図る。
- 2 日時 5月 / 11日、18日、25日
6月 / 1日、8日、22日
7月 / 6日、20日
8月 / 3日、31日
9月 / 7日、14日、28日
10月 / 5日、12日、26日
11月 / 2日、30日
12月 / 7日、21日
火曜日、19時00分から20時00分まで(全20回)
- 3 会場 八日市場ドーム メインアリーナ
- 4 主催 匝瑳市教育委員会生涯学習課
- 5 講師 南 伸子(ミナミ ノブコ)
- 6 参加対象 市内在住及び在勤者の小学生～一般
(中学生以下は保護者との参加を条件とする。)
- 7 参加費 500円(傷害保険料は含まない) ※
※教室での傷害保険への加入はありません。個人での対応をお願いします。
別途傷害保険が必要な方は事務局へご相談ください。
- 8 開校式 5月11日(火) 19時00分～
- 9 その他 運動のできる服装で参加し、体育館シューズ着用のこと
○必要なもの ヨガマット、タオル、飲み物など