

令和6年度
脳活&からだ塾
＜二戸教室＞

【筋肉は裏切らない！】

- 主催 一般社団法人 二戸市体育協会
- 日時 4月11日から 木曜日10:00～11:00 裏面参照
- 場所 二戸市総合スポーツセンター（変更になる場合もあります）
- 対象 35歳以上の方（軽い運動ができる方）
- 定員 40名
- 参加料 前期10,000円、後期10,000円

年二回、おたのしみ交流会をおこないます

新規参加希望の方、初回見学・体験無料！！

- スポーツ安全保険料64歳以下1,850円、65歳以上1,200円
- 持ち物 上履き、タオル、水分補給用の飲物、
- 申し込み方法 下記の窓口で参加料と保険料を添えて申し込み下さい。

※感染症対策へのご協力をお願いすることがあります。

＜申し込み先＞

一般社団法人二戸市体育協会

二戸市総合スポーツセンター内 0195-23-7211

二戸市立浄法寺体育館内 0195-38-3042

令和6年度

脳活&からだ塾 二戸教室

年間実施予定日

《前期》

4月	11日・18日・25日
5月	9日・16日・23日・30日
6月	6日・13日・20日・27日
7月	11日・18日・25日
8月	1日・22日・29日
9月	12日・19日・ 30日(月) (仮:前期お楽しみ交流会)

《後期》

10月	3日・10日・17日・31日
11月	7日・14日・21日・28日
12月	5日・12日・19日
1月	9日・16日・23日
2月	6日・20日・27日
3月	6日(木) 仮:後期おたのしみ交流会) 13日・27日

● 計40回 (*日程変更や他会場を使用する場合があります)