

合体しました

令和2年度

# 脳活&からだ塾

《浄法寺教室》

【楽しみながら脳と身体を鍛える】

《やってみよう！その一歩が身体を変える》

- 主催 一般社団法人二戸市体育協会
- 日時 4月13日から月曜日13:30~14:30 裏面参照
- 場所 二戸市立浄法寺体育館(会場変更あり)
- 対象 35歳以上の方(軽い運動が出来る方)
- 定員 40名
- 参加料 前期10,000円、後期10,000円

年二回、お楽しみ交流会をおこないます

- 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んでください。



《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2年度

## 脳活&からだ塾 浄法寺教室

### 年間実施予定日

#### 《前期》

<b>4月</b>	<b>13日・20日・27日</b>
<b>5月</b>	<b>11日・18日・25日</b>
<b>6月</b>	<b>1日・8日・15日・29日</b>
<b>7月</b>	<b>6日・13日・20日・27日</b>
<b>8月</b>	<b>3日・17日・24日</b>
<b>9月</b>	<b>7日・14日・28日</b>

#### 《後期》

<b>10月</b>	<b>5日・12日・19日・26日</b>
<b>11月</b>	<b>2日・9日・16日・30日</b>
<b>12月</b>	<b>7日・14日・21日</b>
<b>1月</b>	<b>18日・25日</b>
<b>2月</b>	<b>1日・8日・15日</b>
<b>3月</b>	<b>1日・8日・15日・22日</b>

●計40回（\*日程、会場はやむを得ず変更になる場合があります）