

平成30年度  
二戸からだ塾

# 脳活スクール

脳年齢はトレーニングで若返る！

～10年後の自分のために今、できることにチャレンジしてみませんか？～

- 主催 一般社団法人二戸市体育協会
- 日時 4月9日から隔週月曜日 10:00～11:00 裏面参照
- 場所 二戸市総合スポーツセンター
- 参加料 前期3,000円、後期3,000円
- 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 0195-38-3042

平成30年度  
二戸からだ塾 脳活スクール  
年間実施予定日

《前期》 ※ 毎月第2・4月曜日

4月	9日・23日	
5月	14日・28日	
6月	11日・25日	
7月	9日・23日	
8月	6日・27日	(第1・4)
9月	10日・24日	

《後期》

10月	15日・29日	(第3・5)
11月	12日・26日	
12月	10日・24日	
1月	14日・28日	
2月	11日・25日	
3月	11日・25日	

●計24回（\*日程は、やむを得ず変更になる場合があります）