

令和5年度 後期ウォーキング・スロージョギング教室参加者募集

スポーツ課 ☎382-9029 📠382-9071

医科学の知識を持った専門家が、基礎知識や実践を交えて指導します。

教室	対象/定員	開催日時	参加料	会場
ウォーキング	対象:50歳以上 定員:50人	10月31日～令和6年2月6日火曜日 全12回 9時30分～11時30分	参加料/3,000円 (保険料別途必要)	AGF鈴鹿陸上競技場
スロージョギング	対象:50歳以上 定員:50人	10月20日～令和6年1月26日金曜日 全12回 9時30分～11時30分	参加料/3,000円 (保険料別途必要)	

講師:深間内 誠さん(ふかまうち まこと:鈴鹿回生病院スポーツ医学センター・健康運動指導士)

北村 綱為さん(きたむら つねゆき:鈴鹿回生病院スポーツ医学センター・健康運動指導士)

申込み:9月6日(水)～9月20日(水)(10日(日)・11日(月)・16日(土)～18日(月・祝)を除く9時から17時)までに、

参加料と保険料を添えて、鈴鹿市スポーツ協会(AGF鈴鹿体育館内2階)へお申し込みください。

※感染症の影響などにより内容を変更する場合があります。

※雨天時、中止する場合があります。

保険料:1,850円(64歳以下) 1,200円(65歳以上)

*令和5年度前期スポーツ教室の参加者で当協会指定のスポーツ安全保険に加入済みの方は保険料は不要です。

問合せ:鈴鹿市スポーツ協会(☎399-7120)AGF鈴鹿体育館内2階(江島台一丁目1番1号)