

令和7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21日～令和8年2月3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10日～令和8年1月9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(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(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9日(火)～9月19日(金)(14日(日)・15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。

また、状況により教室の開催内容等変更になる可能性があることをご了承ください。

※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7年度前期当該事業または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
保険料は要りません。

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)