

体力に自信がなくても大丈夫です！

令和7年度 前期 さわやかスポーツ & ストレッチ体操教室

参加者募集

4月3日締切（消印有効）



キャプテンわん
© ゆず華・(公財)横浜市スポーツ協会

参加費

10回

3,000円

(税込)

毎月第2・4（木）全10回

▶ 1部・2部ともに同じ内容です。各40名

1部：9時20分 2部 10時30分 各1時間

4月24日～9月25日（8月14日のぞく）

会場 都岡地区センター体育館

〒241-0031 横浜市旭区今宿西町292-2

◆鶴ヶ峰バスターミナル（4番と5番）よりバス約10分「農協前」下車 徒歩1分

◆帰りは、三ツ境行きは「都岡辻」から乗車 鶴ヶ峰・横浜行きは「農協前」から乗車



持ち物

動きやすい服装、室内シューズ、タオル、飲み物



内容・・・体操

ストレッチ、リズム体操



内容・・・さわやかスポーツ

ボッチャ、ソフトバレー、バウンズボール他

種目を選べます

お問合せ

旭区さわやかスポーツ普及委員会事務局

横浜市スポーツ協会 地域連携課内



045-640-0014

平日9:00～17:00

申込方法は裏面へ

メールでのお申込はこちら

sawayaka@yspc.or.jp

