

回覧

第1回

健康

もっといきいき
健康に！

フェスティバル FESTIVAL

参加費
無料！

10/18
日

[主催]
第1部 真野地区公民館
第2部 佐渡市スポーツ
推進委員協議会

第1部

ウォーキング教室

時 間：9：30～10：30
会 場：真野ふるさと会館 多目的ホール
（晴天時は講習の一部を屋外で実施）
対 象：小学生～一般
講 師：真野地区スポーツ推進委員
持ち物：タオル、水分補給用ドリンク
運動靴



第2部

介護予防教室

時 間：10：45～11：45
会 場：真野ふるさと会館 多目的ホール
対 象：65歳以上の方
講 師：真野地区スポーツ推進委員
持ち物：タオル、水分補給用ドリンク
運動靴



- 片方の部のみの参加や、両方の部とも参加、どちらでも大丈夫です。
- 申込みはお電話か、右記の二次元コードよりお申込みください。

申込み期限：10月9日（金）

申 込 み 先：真野地区公民館 ☎ 58-7120

申込み用
二次元コード

