



たいそう 健康しなやか体操教室

2025(令和7)年 10月5日(日)

(受付開始 13:30) 14:00~15:30 (解散予定 16:00)

受付後、スタジオ内の更衣室(男女別)で着替えができます。

【場所】兵庫県立神戸生活創造センタースタジオ A.B
(神戸市長田区二葉町 5-1-32 新長田合同庁舎 1 階)

【対象】対象年齢 18 歳以上

【定員】先着 20 人程度

【参加費】1000 円/人 (ゴムバンドを購入される方は別途 500 円が必要です。)

【持ち物】動きやすい服装、タオル、水分補給用の飲み物、

【講師】飯高 裕理 (いいたかゆり) (健康運動指導士)

【主催】兵庫県青年洋上大学同窓会 神戸地区

【締切】2025(令和7)年 9 月 27 日(土)

※申込締切前に定員に達した場合は、受付を締め切らせていただく場合がございます。

【申込み・問合せ】大西まどか宛に、電子メールで申込み、または、問合せください。

kobe@hyogo-yodai.net

携帯 090-4278-1969

- ☐ メールでお申込みの際は、件名に「健康しなやか体操教室 2025」と明記の上、全員の「氏名(ふりがな)」「電話番号」「生年月日」「住所(市区まで)」を記載してください。
- ☐ 参加費は開催当日に受付でお支払いください。
- ☐ 当日、発熱・咳等の症状がみられる方は参加をお控えください。
- ☐ 開催時刻 2 時間前の時点で、兵庫県南部に大雨、洪水、暴風、津波、の各気象警報(波浪・高潮は除く)が発令されている場合は中止します。
- ☐ お預かりしました個人情報兵庫県青年洋上大学同窓会 神戸地区が責任をもって管理し、各講座の運営以外の目的には使用致しません。

会場図

