

令和4年度『冬のエクササイズ教室』開催要項

1. 目的 冬の運動不足を解消するため、室内で手軽にできるエクササイズを行い、参加者が交流を深めることを目的とする。
2. 主催 総合スポーツセンター(指定管理者:別海町地域振興財団)
3. 講師 田中 こずえ氏
(日本バレエ協会所属、ジャズダンス・バレエサークル指導経験者)
4. 日程 令和5年1月30日、2月6日(月) 2回

13:30~14:30

5. 会場 別海町民体育館 アリーナ
6. 対象 町内在住の方優先
定員 10 名
※エンジョイ軽運動教室と並行して行う
7. 参加料 一般:100 円 65 歳以上:50 円
※参加料とは別に施設利用料がかかります
8. 持ち物 上靴、汗ふきタオル、水分補給用飲物、マスク
9. 申し込み方法 下記へTel、Fax、メール、スポセン公式 LINE
申込場所:別海町総合スポーツセンター
担当:梅岡、中山
電話番号:0153-75-2882
Fax 番号:0153-75-0418
メール: sports@betsukai-pf.or.jp
スポセン公式 LINE:



※申し込み締め切りは令和5年1月27日(金)まで