

ヘルスアップ教室 特別講座 延長のお知らせ

参加者募集 !! 全8回開催のヘルスアップ教室特別講座ももうすぐ終了です。
令和4年度のヘルスアップ教室は6月から開始予定ですが
『だいたい間が空いてしまうと体力低下が…』とご心配の方に
火曜特別講座の延長のお知らせです。

- 主催：おおたかスポーツコミュニティ流山
開催場所：流山市生涯学習センター（エルズ）体育館A面
期間：火曜日 全4回 ~~3月1日～3月22日~~
⇒ 3月1・8・15・29日（全4回）
時間：10：00～11：30
定員：20名（先着順）
費用：2,000円（教室初回時前払い 途中キャンセル、欠席の場合の返金は致しません）
申込期間：2月8日（火）～2月25日（金）
申込方法：①Web申し込み
おおたかスポーツコミュニティ流山 ホームページ
<http://osc-nagareyama.com/> 左側『申し込み』ボタンからお申し込み
②応募用紙提出
流山市生涯学習センター受付迄

※申し込みが少数の場合、または市内感染状況により、講習会開催が中止となる場合があります。（中止の場合は個別ご連絡いたします）

しっかりストレッチ・頑張って筋トシ・楽しくエアロビクス 体力UP！筋力UP！の特別講座

しっかりした
筋肉をつけたい！



運動習慣を
無くしたくない



もう少し
体力アップしたい