

健康運動教室 開催します！

ストレッチや軽度なバランス運動等をして、健康な体をつくりましょう！

☆7月8日(金)、22日(金)、8月19日(金)、26日(金)開催します！
9:30(開始)～11:00(終了、解散)

☆開催場所:澄川南福社会館

〒005-0004 北海道札幌市南区澄川4条10丁目2-7

☆持ち物

動きやすい服装、室内シューズ、飲み物
タオルなど

☆対象

主に成人、シニアの方々

☆賛助会費

クラブ会員 無料 非会員 500円

※クラブ会員個人4,000円/年～

☆申込みについて

申込み書に必要事項記入の上、真駒内スポーツコミュニティークラブ事務局へFAXにてお申し込み下さい。

申込締切:平成25年7月3日(水)必着

☆当クラブスタッフと一緒に
運動しましょう
一ノ瀬正範、二川瑞穂



お気軽に一度体験してみませんか？

[問合せ先] 真駒内スポーツコミュニティークラブ事務局

〒005-0004 札幌市南区澄川4条6丁目7-35(幸内科クリニック内)

TEL080-3337-9150 FAX011-837-7325 E-mail: makomanaisc_2012@me.com

HPURL: <http://makomanaisc.p2.bindsite.jp/>

真駒内スポーツコミュニティークラブ事業は、totoスポーツ振興くじ助成事業を受けて活動しております。



主催:真駒内スポーツコミュニティークラブ

NO	参加者氏名	年齢	代表者連絡先(未成年者の場合保護者連絡先)
1			氏名
2			TEL 印
3			e-mail

