

楽しくカラダを動かしてみませんか？

参加無料



四條畷市 レクリエーション スポーツ体験



2024年3月

誰でも簡単！

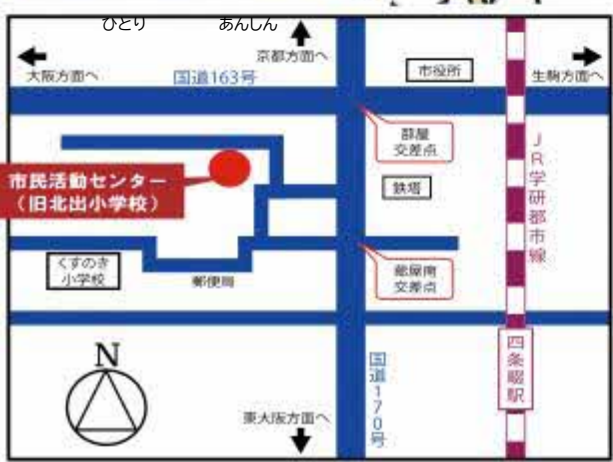
体力テスト&

健康サポート講座



体力テストの結果をもとに家にある物でできるかんたん体力アップ法をお伝えします！

はじめ初めでも安心！
1人でも大丈夫！
スポーツ推進委員が楽しく指導します！



日時 3月 2日(土)10時～正午
3月 16日(土)14時～16時

場所 市民活動センター 体育館

持ち物 運動ができる服、体育館用の靴、飲み物

参加費 無料

※申し込みは要りません。直接体育館まで来てください。

【次回予告】

4月7日(土)10時～12時、21日(土)14時～16時

【お問い合わせ】

四條畷市教育委員会 スポーツ・文化財振興課
☎ 072-877-2121または0743-71-0330