

立花体育館

# サルースサマー短期教室

## 受講生大募集!

申込方法は、裏面をご確認ください!

### 認知症予防

《期 日》平成29年8月1日(火)・8日(火)・22日(火)の3回

《時 間》9:20~10:00 (40分)

《対 象》40歳以上

《受講料》1,020円

《定 員》30人

身体を動かしながら、  
脳の活性化を図ります!



夏の体力保持・健康増進に  
ぜひご参加ください!

### ポールコンディショニング

《期 日》平成29年8月4日(金)・18日(金)・25日(金)の3回

《時 間》9:20~10:00 (40分)

《対 象》中学生以上

《受講料》1,020円

《定 員》30人

ストレッチポールを使用し  
筋コンディショニングや  
姿勢改善を行います!



※平成29年度災害補償制度に未加入の方は、運営費として100円が別途必要です。

# チャレンジとび箱

《期 日》平成29年8月2日(水)・9日(水)・23日(水)の3回

《時 間》10:30~11:30 (60分)

《対 象》5歳から小学校3年生まで

《受講料》1,540円

《定 員》15人



跳び箱が苦手な人集まれ~!  
今年の夏こそみんなが苦手を克服しよう!

※平成29年度災害補償制度に未加入の方は、運営費として100円が別途必要です。


ASPF (公財) 尼崎市スポーツ振興事業団

立花体育館 TEL:06-6423-5550

(火~土曜日)午前9時から午後9時まで (日・祝)午前9時から午後5時15分まで ※月曜休館日



# 申込方法

平成29年7月15日(土)   
午前9時から受付開始

◎ 備付けの申込書に必要事項をご記入の上、  
経費を添えて立花体育館に直接お申込ください。

~**先着順**で定員になり次第、

キャンセル待ちとさせていただきます~

※電話での受付はできません。

