令和４年度園田体育館
サルースサマー短期教室

速くなる走り方教室

★開催日：令和4年7月15日・22日・29日
金曜日　3回実施

★時　間：16：30～17：30

★定　　員:30人

★対　　象:小学生

内容
速く走るためのコツを練習し
25mのタイム計測をします

朝活！リセット体操(機能改善)

★開催日：令和4年8月5日・19日・26日
金曜日　3回実施

★時　間：9：30～10：10

★定　　員:30人

★対　　象:40歳以上

内容
ボールなどの用具を用いてストレッチ等を行い、機能改善を図ります

～申込について～

令和4年度6月22日(水)

9:00から体育館窓口にて受付いたします！

受講料:1,000円　※令和4年度災害補償制度運営費未加入者別途100円必要

園田体育館の詳細は裏面をご覧ください