

## ☆『健康づくり教室』開催のお知らせ☆

馬入ふれあい公園にて40代以上の方を対象とした無料の「健康づくり教室」を開催いたします！

普段あまり運動する機会がなく運動不足と感じている方、運動はしているけれどどういった動きが正しいのか分からない方など、運動や健康に興味がある中高年の方であればなたでもご参加可能です。

指導経験豊富な湘南ベルマーレスポーツクラブのコーチが指導いたしますので、ぜひこの機会にご参加ください！

**日時：3月21日（火・祝）13：00～14：30（少雨決行）**

**対象：40代以上の男女（軽い運動ができる方であればなたでも参加可能）**

**定員：50名**

**参加費：無料**



### 【お申し込み方法】

メールまたは FAX（先着順）

以下の必要事項を明記の上、メールまたは FAX にてお申込みください。

- ①ご参加者氏名（ふりがな） ・ ②生年月日 ・ ③ご住所 ・ ④E メールアドレス（メールでお申込みの場合）  
⑤ FAX 番号（FAX でお申込みの場合） ・ ⑥お電話番号（教室当日に連絡の取れるお電話番号）

◆メールでお申込みの場合 ⇒ [banyuu-soccer-ground@mf.scn-net.ne.jp](mailto:banyuu-soccer-ground@mf.scn-net.ne.jp)

◆FAX でお申込みの場合 ⇒ 0463-25-0106

※お申込みの際、件名に「健康づくり教室申し込み」と入れて送信してください。

※メールでお申込みいただいた方にはメールにて、FAX でお申込みいただいた方には FAX にて教室の詳細をお送りさせていただきますので、日頃からご使用されているメールアドレスや FAX 番号にてお申込みください。

※メールでお申込みの方で受信拒否設定をされている場合には「banyuu-soccer-ground@mf.scn-net.ne.jp」からのメールを受信できるよう設定変更をお願いいたします。

※お申込み1件につき【1名ずつ】のお申し込みとさせていただきます。ご友人同士で参加される場合も1名ずつのお申込みにてお願い致します。

**お申し込み受付開始日時：2月20日（月）正午12：00より 先着順での受付（受付開始前の申し込み無効）**

＜＜お問い合わせ＞＞

電話：0463-24-1137（馬入サッカー場管理棟）

メール：banyuu-soccer-ground@mf.scn-net.ne.jp