

身体機能に自信のない方も一緒にスポーツを楽しもう！

みんなのスポーツ教室

家に閉じこもらず、仲間と楽しくスポーツと一緒に楽しみ、
心身ともに、もう1歩前に進むきっかけ作りの教室です。

開催日程：第1期 令和5年11月18日より開始（全10回）

予定：令和5年11月18・25 12月2・9・16・23 1月6・13・20・27

時間：毎週土曜日 15時00分～16時30分 期の途中からでも参加可

場所：ふくろうクリニック自由が丘2F（世田谷区奥沢6-20-23）

対象：楽しく体を動かしたい・スポーツをやりたい方、
杖歩行・車椅子での参加も可能です

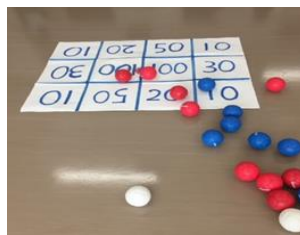
内容：軽体操・ポッチャ・卓球などの
軽スポーツを行います

定員：10名

参加費：1回1500円(スポーツ保険含む)

講師：一社)輝水会 健康運動指導士

申込み：電話・FAX・メールで申込み



【問い合わせ】

ふくろうクリニック自由が丘

世田谷区奥沢6-20-23 フォーラム自由が丘2F

TEL：(03)3701-3351

【申し込み】

一般社団法人 輝水会

Tel：(090) 6516-5437（手塚） Eメール：office@kisuikai.com

