

シニアスポーツ振興事業

参加者募集中

しゃきしゃき足腰改善
トレーニング教室
(水中運動)



令和8年度 募集要項

日 時	9/7・9/28・10/5・10/19・10/26 11/2・11/16・11/30・12/7・12/21 全10回 毎週月曜日(休館日を除く) 11:00~13:00
場 所	中村南スポーツ交流センター 温水プール
対 象	18歳以上の運動可能な男女
参 加 費	5,000円(保険料込)
定 員	30名 応募多数の場合は抽選となります
申込み方法	往復はがきに下記の事項をご記入の上、お申し込みください ①教室名(しゃきしゃき足腰改善トレーニング教室) ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号
問合せ先	〒178-0063 練馬区東大泉 7-29-10 NPO 法人 練馬区水泳連盟 滝沢 文子 TEL 03-3867-8343 留守電になっております。 折り返しお電話いたしますのでお名前とお電話番号を入れてください。

主催:公益社団法人練馬区スポーツ協会・公益財団法人東京都スポーツ協会

主管:特定非営利活動法人練馬区水泳連盟