

# 平成29年度 維新公園健康体操教室(第2期)

## 開催要項

### 1 趣 旨

楽しく継続できる健康体操・ストレッチング方法を学び、日常生活の中に取り入れることにより、健康の保持増進を図る。

### 2 開催日 (全11回)

10月 12日(木)、19日(木)  
11月 2日(木)  
12月 7日(木)、14日(木)  
1月 11日(木)、18日(木)、25日(木)  
2月 22日(木)  
3月 8日(木)、15日(木)

### 3 時 間

午前9時30分から午前11時00分まで

### 4 会 場

維新百年記念公園 スポーツ文化センター 武道館

### 5 講 師

スタジオF副代表 たけ うち よし え  
武内良笑先生

### 6 種 目

健康体操・ストレッチング

### 7 受講料

1回につき500円(毎回、会場受付でお支払いください。)

### 8 申込み及び募集人数

先着20名  
電話にてお申し込みください。

### 9 その他

運動が出来る服装でお越しください。

### 10 主 催

一般財団法人 山口県施設管理財団

#### 【お問い合わせ先】

一般財団法人 山口県施設管理財団 サービス課  
TEL 083-922-3712  
FAX 083-928-3374