

令和6年度 前期生募集（4～9月/全23回）

脳トシ！ 筋トシ！

リズミトシ！

申込締切
3/27 (水)

1グループ	9:45～10:45
2グループ	11:15～12:15
3グループ	13:30～14:30



みんなで楽しく 脳トシ体操しよう！

参加費：1回 **300円**（都度）
 定員：各グループ **25名**（抽選）
 ※ **3グループ**からの選択
 期間：**半年間**（全23回）
 ※半年を通してのプログラムとなります

《募集要項》

【対象】

65歳以上の区内在住者で、
運動制限を受けていない方

【申込】

お電話・FAX、または直接窓口へ

- ① 名前 ② 住所 ③ 電話番号
 - ④ 生年月日 ⑤ 希望のグループ
- （※第2希望まで伺います）

※上履きをご持参下さい
 （滑りにくくかかとか隠れる運動靴）

《日程》4月～9月の毎週木曜日

4/11	5/9	6/6	7/4	8/1	9/5
4/18	5/16	6/13	7/11	8/8	9/12
4/25	5/23	6/20	7/18	8/22	9/19
5/2	5/30	6/27	7/25	8/29	

※4/4、8/15、9/26はお休みです

文京福祉センター江戸川橋
TEL 03-5940-2901
FAX 03-5940-2902

