

参加費無料

シニア世代のための新講座

健康講座

with

ヴィアティン

コーディネーショントレーニング

第1回

6 / 17

(水)

第2回

7 / 1

(水)

第3回

7 / 8

(水)

主な内容 身体の上左右で異なる動き等

講師：ヴィアティン三重

ヴィアティン三重は、元気なまちづくりを目指す総合地域スポーツクラブです。三重県を拠点に将来のJリーグ入りをめざして活動するサッカークラブが活躍中。その他にも地域の誰もがスポーツに親しむことのできる環境づくりのお手伝いをしています。

場所と時間

ふれあいの里 1階
地域交流室 9:30~
(20分程度)

対象者

町内にお住まいの、健康づくりに興味のある方ならどなたでもOK!
事前予約不要です。

お問い合わせ

木曾岬町社会福祉協議会

三崎666

☎ 0567-68-2760