

# 元気パワーアップ運動教室

日 時

令和8年2月11日、18日、25日、3月11日

(水曜日・全4回) 午前10時～午前11時30分

場 所

総合福祉センター 和室

対 象

市内在住の60歳以上の人、または障がい者

内 容

ストレッチやタオル、ボールを使った軽運動など

講 師

春日井市スポーツ・ふれあい財団 健康運動指導士

定 員

25人(定員を超えた場合は抽選)

持ち物

運動のできる服装、タオル、水分補給用飲み物

受講料

1,000円 ※ 障がい者手帳等の提示で無料

申 込

往復はがき、またはメールにて

①講座名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢

⑤電話番号 ⑥障がいの有無

上記①～⑥を記入してお申し込みください。

《 令和8年1月16日(金) 必着 》



## 《申し込み先》

〒486-0857 春日井市浅山町1丁目2番61号

春日井市総合福祉センター

電 話 (0568)84-3611 FAX(0568)84-3933

メールアドレス soufuku\_kouza@haru-syafuku.or.jp

ホームページは  
こちらから

