



リフレッシュ教室参加のご案内



身体を動かすことやスポーツが苦手な方、ぜひ、参加を！！

身体はもちろん、頭も心もリフレッシュ！ 顔ヨガから始め

音楽に合わせてのリズム運動、最後にダンスと楽しく自分のペースで行いましょう。

実施予定日 = 全 10 回 下記 時間 10:30~12:00

平成 30 年 5/27 7/1・22 8/26 9/30 11/4 12/2 平成 31 年 1/27 2/17 3/3

実施場所 = かがわ総合リハビリテーションセンター内(高松市田村町 1114)

詳しい場所は、リハビリテーションセンター玄関をご確認ください

★ 子どもから高齢者までどなたでも参加可能です。(車イスを利用している方もOK)

★ 参加費 1 回に付会員 大人 100 円 子ども 50 円

会員外 大人 200 円 子ども 100 円 小学生未満は無料

★ 持ち物 タオル、水分補給ができるもの、上履き

★ 当日参加 単回参加OKです

★ 日時・場所等変更がある場合、お申込み頂いた方にはこちらからお知らせします。

リフレッシュ教室参加申込書

申込は、FAX & メールどちらからでも受け付けます

FAX 087 (898) 4491

E-mail sara.takamatu@nifty.com

会員証 NO	氏名	住所	連絡先	性別	年齢

申込締め切り日 5月18日(金)

会員の方は会員証 NO と 氏名、連絡先のみご記入下さい。

問合せ TEL087-813-5016

会員の方は、ポイントカードと健康調査カードをお持ち下さい。