

ふじさわオリジナル体操・リーダー講習会

オリジナル体操を習得し、地域で普及したい！リーダーとして運動の効果を伝えたり、グループ活動を円滑に進めたい！そんなあなたにオススメ♪

時間：両日とも14:00～15:30



日程 (2日間コース)	申込み開始日	場所
12月3日 (火) 12月10日 (火)	11月6日 (水)	湘南台公民館 ホール

ウォーキングマップづくり講座

- 1日目：地域の魅力あふれる
コースを考案
2日目：実際にコースを歩く
(5km程度)



時間：両日とも 9:30～12:00

日程 (2日間コース)	申込み開始日	場所
11月1日 (金) 11月8日 (金)	10月4日 (金)	六会公民館 ホール

ウォーキング講座

効果的なウォーキングの方法を学び、
気持ち良く歩きます♪(5km程度)

時間：9:30～11:30 ※13:30～15:30

日程	申込み開始日	地区 コース等詳細は問い合わせ
6月1日 (土)	5月14日 (火)	村岡
※ 9月20日 (金)	9月2日 (月)	六会
12月7日 (土)	11月14日 (木)	辻堂
※ 2月14日 (金)	1月30日 (木)	長後



お問い合わせ・お申込み

公益財団法人 藤沢市保健医療財団 藤沢市保健医療センター保健事業課
〒251-0861 藤沢市大庭5527-1 ☎ 0466-88-7311
FAX 0466-86-6065 (FAXの場合は氏名・電話番号を記載してください)