

『体力測定会』のお知らせ

『桑名いきいき体操のつどい』と同日に開催します

桑名市独自の健康体操「桑名いきいき体操」を体験し、続けていただくために行っている「桑名いきいき体操のつどい」終了後に、『体力測定会』を開催します。

『体力測定』で現在の自分の体力を確認してみませんか？また、現在体操を継続している方は、ぜひ頑張った自分の体力を確認する機会にしてください！

みなさまのご参加をお待ちしております！！

日 時

	日 時	場 所	時 間
(1)	平成24年 8月 8日(水)	多度すこやかセンター	10:30~12:00
(2)	8月 9日(木)	中央保健センター	9:30~11:30
(3)	8月20日(月)	中央保健センター	9:30~11:30
(4)	8月21日(火)	長島福祉健康センター	10:30~12:00

※ 「体力測定会」については、上記の中から1回のご参加をお願いいたします。

※ 「桑名いきいき体操のつどい」(前半の30分)へは、何度でもご参加いただけます。

内 容 : 「桑名いきいき体操のつどい」、体力測定(4種目)

場 所 : (1) 多度すこやかセンター 2階 大集会室
(2),(3) 中央保健センター(くわなメディアライブ2階) 健康教育室
(4) 長島福祉健康センター 2階 教養娯楽室

持ち物 : タオル、飲料水

※ 動きやすい服装でお越しください。

備 考 : ○ 事前のお申込みは必要ありません。

○ 参加者が多数の場合は、待ち時間が生じることがあります、ご了承ください。

○ 体操及び体力測定を行っていただくにあたり、体調等ご心配のある方は、お気軽にご相談ください。(場合により実施をご遠慮いただく場合がございます。)



お問い合わせ先

桑名市中央保健センター : 24-1182

多度町総合支所住民福祉課 : 49-2028

長島町総合支所住民福祉課 : 42-4115