令和5年度 流山市ヘルスアップ前期教室開催（全 10 回）のご案内

	会場	定員	曜日	時間	開催日
大人教室	南流山センター（2階大ホール）	30 名	月曜日	10:00 ～ 11:30	6/12・26 7/10・24 8/7・21 9/11・25 10/16・30
	東深井福祉会館（2階大広間）	20 名	火曜日		6/6・20 7/4・18 8/1・29 9/5・19 10/3・17
	向小金福祉会館（大広間）	20 名	水曜日		6/7・21 7/5・19 8/9・23 9/6・20 10/11・25
保育付き大人教室	キッコーマン アリーナ（サブアリーナ）	大人 40 名 ＊保育定員 8 名 2歳～就学前児	木曜日		6/8・22 7/6・20 8/3・17 9/7・21 10/5・19
親子教室	キッコーマン アリーナ（2階武道場）	20 組	火曜日	10:00 ～ 11:00	6/13・27 7/11・25 8/8・22 9/12・26 10/10・24

申込方法 ☞ はがき、または Web 申し込みフォーム

＊申し込み多数の場合抽選となります。
参加決定のお知らせは5月初旬に封書にてお送りいたします。

申込締切
4／28（金）必着

1. はがき申込

①郵便番号 ②住所（在勤・在学の方はその名称・住所も要記入） ③氏名 ④ふりがな
⑤性別 ⑥生年月日（西暦） ⑦日中連絡がつく電話番号 ⑧希望会場（大人教室は第3希望まで記入可）

▼ 親子教室・保育付き教室を希望の方は以下の事項もご記入ください
お子様の ⑨お名前 ⑩ふりがな ⑪性別 ⑫生年月日（西暦）
＊親子教室 6月 13 日に満2・3歳のこと ＊保育付き教室 6月 8 日に満2歳以上のこと

◆ 宛先 ◆ 〒270-0153 流山市中 110 番地 流山市生涯学習センター内
おおたかスポーツコミュニティ流山「ヘルスアップ教室」事務局 宛

2. Web 申込

事務局（おおたかスポーツコミュニティ流山）ホームページ内
http://osc-nagareyama.com の『教室申し込みボタン』利用

※キッコーマン教室の保育人数は最大8名です。１家庭のお子様の申し込み人数に制限はありません。

注意事項

1. 運動初心者、日頃運動をしていない方を対象とした教室ですが 、病気やケガのためのリハビリとは異なります。介助なく自力で運動できる方が対象です。
2. 持病のある方、高血圧等の症状がある方は、医師とご相談の上ご参加ください。また、教室開始前には健康チェックを行います。指導者の判断により、教室に参加いただけない場合があります。
3. 自己都合により教室不参加の場合、参加費の返金は出来ません。また、不慮の事態、悪天候等により教室が休止となった場合も同様とします。ご了承ください。