

令和2年度 ウォーキング・スロージョギング教室参加者募集

スポーツ課 ☎382-9029 📠382-9071

医科学の知識を持った専門家に、基礎知識や実践を交えて指導していただきます。
令和2年度から教室を前期・通年・後期・冬季と開催します。

教室	対象/定員	開催日時	参加料	会場
前期ウォーキング	対象：50歳以上 定員：50人 (前期+通年)	4月21日～7月28日 火曜日 全14回 9時30分～11時30分	参加料/6,000円 (保険料・血液検査含む)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 鈴鹿回生病院 ・ AGF鈴鹿陸上競技場
通年ウォーキング		4月21日～12月22日 火曜日 全26回 9時30分～11時30分	参加料/9,000円 (保険料・血液検査含む)	
前期スロージョギング	対象：50歳以上 定員：50人 (前期+通年)	4月17日～8月7日 金曜日 全14回 9時30分～11時30分	参加料/6,000円 (保険料・血液検査含む)	
通年スロージョギング		4月17日～12月18日 金曜日 全26回 9時30分～11時30分	参加料/9,000円 (保険料・血液検査含む)	

講師：深間内 誠（鈴鹿回生病院スポーツ医学センター・健康運動実践指導士・公認アスレティックトレーナー）

北村 綱為（鈴鹿回生病院スポーツ医学センター・健康運動実践指導士・スポーツ科学修士）

申込み：3月23日（月）～4月3日（金）（日曜日を除く） 9時～17時

鈴鹿市体育協会（石垣池公園管理事務所内）へ ☎399-7120 桜島町七丁目1番地の1