

明るく 楽しく 健康づくり !

50 歳以上の方を対象としたスポーツ教室の 参加者を募集します



ターゲット 3.4

2026 年 9 月 7 日

文化スポーツ観光部

スポーツ振興課

課長 小松 信一

TEL : 924-3448

SDGs ターゲット 3.4 「精神保健及び福祉を促進する」

健康運動指導士を講師にお招きし、「健康体操教室」(全 4 回)を開催します。

- 1 日 時 ①10 月 6 日 ②10 月 20 日 ③10 月 27 日
④11 月 10 日 ⑤11 月 17 日 ⑥12 月 1 日

※ すべて火曜日開催、時間はいずれも午前 10 時～11 時

- 2 会 場 宝来屋ボンズアリーナ 柔道場 (郡山市豊田町 2-10)

- 3 対 象 市内在住・在勤の方(50 歳以上)

- 4 定 員 60 名(定員を超えた場合は抽選)

- 5 内 容 健康体操

※ 運動できる服装、タオル、飲料水などは各自で準備願います。

- 6 講 師 健康体操指導士 過足 咲恵子 先生

- 7 料 金 無 料

- 8 申込み 9 月 9 日(水)～9 月 13 日(日)までの期間に郡山市ウェブサイトの「市民スポーツ教室」からお申し込みください。(電話、FAX では受付できません)

郡山市ウェブサイト「市民スポーツ教室」URL

<https://www.city.koriyama.lg.jp/site/kokokara-koriyama/56338.html>



ウェブサイトの申し込みが困難な場合は、ふるさとの森スポーツ
パーク窓口へご相談ください。

ふるさとの森スポーツパーク Tel 955-5229

(土・日・月・祝日を除く)