

トレーニング機器を活用した体力の維持・向上！
18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

2023年8月16日
郡山文化スポーツ部
スポーツ振興課
課長 柳沼 貴世
TEL：924-3448

SDGs ターゲット 3. 4 「精神保健及び福祉を促進する」

仙台大学の職員を講師にお招きし、「体力向上トレーニング教室④」を開催します。

- 1 日 時 9月8日(金)午前10時～正午
- 2 会 場 宝来屋 総合体育館(トレーニング室)
- 3 対 象 18歳以上の市内在住・在勤の方(高校生以下は除きます。)
- 4 定 員 15名(定員を超えた場合は抽選となります。)
- 5 内 容 宝来屋 郡山総合体育館のトレーニング機器を効果的に活用しての体力向上法の指導
※ 運動できる服装、室内用シューズ、タオル、飲料水などは各自で準備願います。
- 6 講 師 仙台大学職員
- 7 料 金 無 料
- 8 申込み 8月23日(水)～8月27日(日)までの期間に、宝来屋 郡山総合体育館窓口へ直接お申し込みいただくか、以下ウェブサイト「市民スポーツ教室」からお申し込みください。
※ 窓口申込みは、午前9時～午後7時(日曜日は午後4時まで)にお越しくください。
※ 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>

※ 電話、ファックスでは、お受けいたしません。



2024(令和6)年に郡山市は市制施行100周年を迎えます!!

ひらけ 未来へ こおりやま