

令和6(2024)年度“市民スポーツ教室”



# 中高齢者スポーツ教室Ⅰ



主催 郡山市

期 日／①5／1 ②5／15 ③5／29 ④6／5  
⑤6／26 ⑥7／10 ⑦7／24 ⑧8／7

【各々水曜日、全8回】

時 間／午前10時～正午

場 所／東部体育館

対 象／市内在住・在勤の方(50歳以上)

内 容／ヨ ガ ・ 気功体操 ・ 健康体操 ・ ストレッチ体操

ポッチャ

※ ヨガマット、運動のできる服装・室内用靴

タオル・飲料水などは各自で準備願います。



定 員／60名(定員を超えた場合は抽選)

※ より多くの方に参加いただくために、中高齢者スポーツ教室Ⅰか  
中高齢者スポーツ教室Ⅱどちらかの参加になります。

費 用／無 料

申込み／4月10日(水)～4月14日(日)までの期間

○ 郡山市ウェブサイトの「市民スポーツ教室」を検索し申込み

※ 電話・Fax ではお受けいたしません。宝来屋総合体育館での  
直接申込みもありません。



《問い合わせ 郡山市スポーツ振興課 024-924-3441(土・日・祝日を除く)》