

令和6(2024)年度“市民スポーツ教室”



# 中高齢者スポーツ教室Ⅱ



主催 郡山市

期 日／① 8／21 ② 9／ 4 ③ 9／18 ④10／ 2  
⑤10／16 ⑥10／30 ⑦11／ 6 ⑧11／20

【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  
参加者の連続申込みはできません。

費 用／無 料

申込み／7月24日(水)～7月28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 ふるさとの森 SP 体育館 024-955-5229(土・日・月・祝日を除く)》