

自主事業開催要項

- 1 事業名 スペシャルエクササイズ
- 2 趣旨(目的) 一般市民を対象に、ステップエクササイズ、ダンベルトレーニング、エアロビクス、ストレッチなどを行い、体を動かす楽しさを知っていただくと共に、有酸素運動を通じて、健康への関心をもっていただきます。
- 3 主催 吹田市体育協会・ミズノ・南海ビルサービスグループ
- 4 主管 ミズノスポーツサービス株式会社
- 5 日時 平成28年12月23日(金・祝) 午前9時45分～11時45分
- 6 会場 吹田市立目俵市民体育館 第4体育室
- 7 定員 50人(先着順)
- 8 対象 一般市民(中学生以下を除く)
- 9 参加料 540円
- 10 持ち物 屋内シューズ、動きやすい服装、タオル、飲料
- 11 申込方法 平成28年12月1日(木)から12月22日(土)までに、目俵市民体育館(Tel.06-6383-3017)に電話または、直接申込み。
- 12 広報 各体育館にチラシを設置、ホームページ掲載、市報すいた掲載