



かわせみ体操講習会

かわせみ体操は「年齢に関係なく、誰でも気軽に参加できる・続けられる」体操を作り、藤沢市民に普及したい」という思いから、2012年に運動サポーターが作成した藤沢市オリジナルの体操です。



★参加者特典★

ふじさわオリジナル体操
CDもしくはDVDを
プレゼント!



日時

2023年 11月29日 (水)

10:00~11:30 (受付9:30~)

対象

藤沢市在住・在勤
の方30人

会場

辻堂公民館 体育室

※会場へは公共交通機関をご利用ください。

もちもの

室内履き・飲み物

申込

【申込期間】10月16日 (月) ~ 11月20日 (月) ※先着順

藤沢市 健康づくり課 健康づくり推進担当

☎ 電話：0466-50-8430 (直通) 平日9時~17時

☎ FAX：0466-50-0668 ※氏名・TELを明記してください



周りの人を誘って
参加してもOK!!

新しい公民館で
体操できるキュン!



からだを動かして健康づくり
わたしたちのまち
ふじさわのオリジナル体操
せのびの運動から始めます
みんなで楽しく体操しましょう!

※裏面あり (FAX用紙)

FAXでお申し込みは、こちらの面をお送りください

【藤沢市 健康づくり課 宛】

FAX : 0466-50-0668



11月29日(水)実施

かわせみ体操講習会 申込み

氏名 ※ふりがな必須	ふりがな
電話番号	
住所	〒

◆申込み : 10月16日(月) 午前9時から受付
(電話・FAXまたは窓口にて)

【会場のご案内】 辻堂公民館

※公共交通機関をご利用のうえ、お越してください。

🚗 アクセス

- 🚗 JR東海道線「辻堂駅」南口からバス
辻堂団地行き「高砂小学校前」下車
- 🚗 JR東海道線「藤沢駅」北口からバス
辻堂団地行き「高砂小学校前」下車



「移転前」の方に行かないようご注意ください!