



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

2025年 1月31日 (金)

10:00~11:30 (受付9:30~)

対象

藤沢市在住・在勤
の方30人

会場

Fプレイス (藤沢公民館) 3F

※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】1月10日 (金) ~ 1月29日 (水) ※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!



講師は運動サポーター
のみなさん!

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



1月31日(金)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：1月10日(金) 午前9時から受付**
(電話・FAXまたは窓口にて)

【会場のご案内】 **Fプレイス**

※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

-  Fプレイスの最寄バス停は「南仲通二丁目」です。
-  藤沢駅から徒歩11分 (約1km)
藤沢本町駅から徒歩9分 (約750m) です。

