

Boxing Exercise

クラブ員募集

「♪ミュージック♪」に合わせて **エンジョイ!! Aerobic Exercise**
(有酸素運動)

日時: 毎月 **第2、第4 木曜日** (5月のみ **18日、25日**)

午後7時45分～8時45分

場所: **千代田町総合体育館 多目的室**

対象者: **高校生以上** (町内外問わず)

講師: **岡/谷 亜有美 先生**

入会金: **1,000円** (クラブ年会費)

参加費: **500円** (1回)

持ち物: **運動できる服装、上履き、飲み物**

申込方法: **千代田町温水プール窓口にて申込**

気持ちいい汗をかいて
日頃のストレスを発散しませんか!?

脂肪よ! グッバイ!!
目指せ! 「美ボディ」!

【総合型地域スポーツクラブ「ちよだスポーツクラブ」とは】

文部科学省スポーツ振興基本計画の一環で、「全国各市町村に1クラブを置くこと」を目標に掲げ、国の推進事業として、千代田町では平成22年に発足しました。総合型とは、幅広い世代の方々が各自の興味関心に合わせて、様々なスポーツに触れる機会を提供し、地域の活性化を担うクラブです。

現在は子供を対象とした野球、サッカー、レスリング、バスケット、バレーボールなどを始め、大人を対象としたヨガ、ウォーキング、ソフトバレーなども実施しています。



●主催 **ちよだスポーツクラブ**

●お問い合わせ先・お申込先 **スポーツ振興係 (温水プール内)**

TEL : 0276-86-3012 FAX : 0276-52-8831

e-mail : soutai@town.chiyoda.gunma.jp

裏面もご覧ください