

# シニア元気アップ教室

参加者の方は各教室  
終了後、30分程体育  
館を利用できます！

北山・大塩会場

場所

村民体育館

※天候等により場所変更の場合あり。

時間

10時から11時

体育館利用：11時から11時30分

裏磐梯・桧原会場

場所

自然環境活用センター

時間

14時から15時

体育館利用：15時から15時30分



参加費

1年間1,000円（上半期500円、下半期500円）

持ち物

動きやすい服装、上履き、飲み物、タオル

日程 ※すべて火曜日

第1回	4月21日◎	第10回	8月4日	第19回	12月8日
第2回	4月28日	第11回	8月18日	第20回	12月22日
第3回	5月12日	第12回	9月1日	第21回	1月12日
第4回	5月26日	第13回	9月15日	第22回	1月26日
第5回	6月9日	第14回	9月29日	第23回	2月2日
第6回	6月16日	第15回	10月6日★	第24回	2月16日
第7回	6月30日	第16回	10月20日	第25回	3月2日
第8回	7月7日	第17回	11月10日	第26回	3月16日
第9回	7月28日	第18回	11月24日	第27回	3月23日★

※★印は保健センターにて14時から15時で実施します。（送迎あり）

※足腰が不自由等で、公共交通機関の利用が難しい方の送迎はご相談ください。

※◎印は、開講式のため表面の案内をご覧ください。