

体力若返り講座2022 in 大阪体育大学

講座卒業生対象体力測定会 (6/4午後)

新規の方も、リピーターの方も

参加者大募集

大事にされて10周年 実技が充実・**体力アップ** 大いに学んで幸せを!

対象者 50歳以上 (町外の方も大歓迎!)

参加費 1回500円 (12回分6,000円, 保険代含) ※熊取町民は一部助成あり

日時

5/21, 6/4 (体力測定), 6/18, 7/9, 9/3, 9/10, 9/24, 10/1, 10/22, 11/5, 11/12, 11/26 (全12回, 土曜日午前9:30~正午)

座学

体力測定の結果説明, スポーツ栄養学, スポーツ生理学のお話など

大体大の教員らによる豪華な内容!

実技

スロージョギング, エアロビクス, 車いすスポーツ, テニス, バドミントン, アーティスティック・スイミングなど

申込方法

- ✓ **5月10日(火)必着** はがき1枚につき1名 ※ただしご家族の場合は複数名可
- ※講座卒業生で**体力測定のみ参加希望の場合「体力測定のみ希望」と明記**し本講座と同じ方法でお申し込みください (無料)
- ✓ **5月16日(月)までに受講証または体力測定会参加証を返送**
- ※「返信面」に必ず応募者の住所・氏名をご記入のうえ投函してください

定員40名

10周年記念グッズ
プレゼント!



入構時の条件

参加前2週間に

下記の症状や接触がないこと

- 37.5度以上の発熱や風邪の症状 (せき, のどの痛みなど)がある
- だるさ, 息苦しさ, 体が重く感じる, 嗅覚や味覚異常の症状がある
- 同居家族や身近な知人に, 新型コロナウイルス感染症への感染が疑われる方がいる
- 感染拡大している地域や外国へ訪問した方, 又は, その方と接触している方

マスクの着用をお願いします!



往復ハガキ

【申込宛先】
〒590-0496
熊取町朝代台1-1
大阪体育大学
友金明香
体力若返り講座 宛

- 1) 氏名 (ふりがな)
- 2) 年齢
- 3) 性別
- 4) 〒・住所
- 5) 電話番号
- 6) メールアドレス (ある方)
- 7) 特定健康診断受診の有無
- 8) これまでの「体力若返り講座in大阪体育大学」受講経験の有無

【お問い合わせ】 大阪体育大学 (健康スポーツコース友金)

メール: wakagaeri.users@ouhs.ac.jp

☎479-3910または☎453-8948