

自主事業開催要項

- 1 事業名 姿勢改善エクササイズ
- 2 趣旨(目的) 上半身や下半身の可動域を広め、機能改善を図ります。
また、体幹の筋力やバランス能力を養い、姿勢改善を図ります。
- 3 主催 すいたスポーツコミュニティ創造パートナーズ
- 4 主管 美津濃株式会社
- 5 日時 令和5年9月2日(土)
(1部) 午後1時30分～2時30分
(2部) 午後2時45分～3時45分
- 6 会場 吹田市立目俵市民体育館 第1体育室 多目的ホール
- 7 定員 各 20名 (先着順)
- 8 対象 中学生以下除く
- 9 参加料 600円 (1回)
- 10 持ち物 屋内シューズ、動きやすい服装、タオル、飲料
- 11 申込方法 令和5年8月1日(火)から9月1日(金)までに、目俵市民体育館(Tel.06-6383-3017)に電話または、直接申込み。
定員になり次第、締切ります。
- 12 広報 各体育館にチラシを設置、ホームページ掲載