

滝川市高齢者運動推進事業

健康運動指導士が教える

『生涯げんき教室』

開催日時

6月25日(木)～9月17日(木)

※8月13日を除く

10:20～11:50

※毎週木曜日全12回

日程は変更する場合がございます。
木曜日開催は、変更ありません。



担当: 齊藤



担当: 世羅

会 場

滝川スポーツクラブサンテ

対 象

65歳以上の方(定員10名)

参 加 費

1,000円(12回分)

ストレッチポール



ウォーキング



水中ウォーキング



椅子での運動



新型コロナウイルス対策として

指導者は、マスクの着用と検温を実施し、指導させていただきます。

受講者の方は、入館時の手指の消毒、検温の実施後、健康状態をお聞きします。

会場は、換気をしながら、参加者同士の距離をとるため少人数制で実施致します。

送迎タクシー付 (無料タクシー)

①平和公園前 10:00

②まちづくりセンター前 10:05

③3世代交流センター前 10:10

申 込 : 滝川スポーツクラブサンテ

電話 0125-26-5522

住所 滝川市有明町6丁目

412-4

受付時間 : 火曜～日曜 10:00～18:00

締 切 : 6月20日(土)

主催: 滝川市(介護福祉課)