

30. 健 康 体 操

【主旨】 女性の体力づくりの一環として、家庭で日常手軽にできる健康体操の実技を通して習慣し、健康増進を図る。

1. 期 日 令和8年10月16日（金）
14時00分～15時30分
2. 会 場 大垣市青年の家 講堂
大垣市見取町1丁目13-1 TEL 78-9308
3. 内 容 健康体操
4. 参加資格 大垣市に在住・在勤の女性
5. 参加制限 年齢を問わない。
6. 参加人数 50名
7. 参加料 無 料
8. 服装等 体操のできる服装・上靴・タオル持参
9. 参加上の注意 大会上の負傷などについては、応急処置のみ行うが、以後は参加者の責任とする。
10. 申込方法 (1) 提出期限 **令和8年10月2日（金）必着**
(2) 申 込 先 〒503-0911
大垣市室本町5丁目51番地（スイトピアセンター）
大垣市役所 男女共同参画推進室内
大垣市女性連合会事務局へ
TEL 47-8549（直通）