

報道機関各位

脳トレらくらく体操教室日程変更について

中高年向けの「脳トレらくらく体操教室」は日程を変更して開催します。

日時 今後の状況により日程の再変更や中止の場合あり

9月8日、15日は中止、9月22日、29日、10月6日、13日、20日、27日の全6回に変更して開催。 各回とも水曜日 午後1時30分～午後2時30分

場所 町民武道館1階 感染症対策を講じ開催します

内容 運動のできる服装、持ち物はタオル、マスク、室内用運動靴、飲み物

タオルを使ったストレッチ、いすを用いた筋力維持運動、頭の体操の要素を取り入れ「楽しく体を動かすこと」をテーマにしたやさしい体操教室。

参加対象者 町内在住者（定員20人）

講師 木下 順子さん（スポーツ指導員、エアロビクスインストラクター）

参加料 500円（保険料込）

申し込み方法

文化スポーツ課 スポーツ振興係 9月8日（水）までに申し込み

添付資料 有

文化スポーツ課 生涯学習係
(課長) 小池 弘郷 (担当) 唐澤 孝一
電話：0265-70-6602 (内線) 1082
FAX：0265-79-6368
E-mail：shougai@town.minowa.lg.jp



じやらんnet

「全国のおすすめ紅葉スポットランキング2020」でもみじ湖が**全国1位**に選ばれました！！

箕輪町子育て少子化対策
キャッチコピー

みんなで育てる みのわっ子
～パパになるなら箕輪町
ママになるのも箕輪町～