

# かんたんのびのびストレッチ

## 第1期

《開催期》	《日程》火曜日 11:25~12:25			《一般受付開始日時》
第1期 (4回)	4月	8日	15日	2月15日(土)
	5月	13日		午前10時30分

- 《講師》 柴田 珠希 (FTP 認定インストラクター)
- 《対象》 一般
- 《会場》 愛知県武道館 第1競技場
- 《定員》 20名
- 《参加料》 第1期 3,000円(税込)4回
- 《持ち物等》 タオル・運動のできる服装・飲み物
- 《受付方法》 電話・FAX・窓口にて先着順に受け付けします。  
定員に達し次第、受け付けを終了します  
(定員に達しない場合は随時受け付けします)。  
参加料は3月1日以降、窓口にてお支払いください。
- 《休館期間》 令和7年5月20日から令和8年1月13日まで長寿命化工事により  
全館休館となります。
- 《次期開催》 令和8年1月中旬以降から第2期を実施予定です。  
詳細は後日ホームページにてご案内いたします。
- 《その他》 日程及び時間の変更または中止になる場合があります。  
継続して参加される方を優先して受け付けます。  
参加料は開催初日以降、原則としてお返しできません。  
教室開催中のケガ等については応急手当までとし、その後は傷害保険を適用します。  
申込時にご記入いただく個人情報は、当館の事業以外には使用しません。  
募集人数不足の場合には、催行中止となることがあります。

ゆっくり筋肉を伸ばすことで、  
疲労回復し体の代謝をあげて  
いきます。体の固い方でも  
お気軽にご参加できます。



【主催】公益財団法人愛知県教育・スポーツ振興財団 【主管】愛知県武道館 【後援】愛知県教育委員会

【申込・問合せ先】愛知県武道館〔休館日：月曜日（休日の場合は翌平日）〕

TEL (052) 654-8541 / FAX (052) 654-8540

〒455-0078 名古屋市港区丸池町一丁目1-4

公式HPはコチラから →

