

簡身体操教室・お気軽運動教室予定表(総合保健医療センター)

簡身体操教室

毎週火曜日開催(祝休日・年末年始除く)

①～③は同じ内容です(③の回は運動後にミニ講話があります)。

令和3年9月	7日(火)	14日(火)	21日(火)	28日(火)
①午前9時30分～9時55分	1～6月生	7～12月生	1～6月生	7～12月生
②午前10時10分～10時35分	1～6月生	7～12月生	1～6月生	7～12月生
③午前10時50分～11時25分	7～12月生	1～6月生	7～12月生	1～6月生

赤字の箇所は、
①回目、②回目
両方参加できま
す。

令和3年10月	5日(火)	12日(火)	19日(火)	26日(火)
①午前9時30分～9時55分	1～6月生	7～12月生	1～6月生	7～12月生
②午前10時10分～10時35分	1～6月生	7～12月生	1～6月生	7～12月生
③午前10時50分～11時25分	7～12月生	1～6月生	7～12月生	1～6月生

お気軽運動教室

毎週金曜日開催(祝休日・年末年始除く)

①～②は同じ内容です。



令和3年9月	3日(金)	10日(金)	17日(金)	24日(金)
①午後1時30分～2時20分	1～6月生	7～12月生	1～6月生	7～12月生
②午後2時35分～3時25分	7～12月生	1～6月生	7～12月生	1～6月生

令和3年10月	1日(金)	8日(金)	15日(金)	22日(金)	29日(金)
①午後1時30分～2時20分	1～6月生	7～12月生	1～6月生	7～12月生	1～6月生
②午後2時35分～3時25分	7～12月生	1～6月生	7～12月生	1～6月生	7～12月生

1回あたりの定員は25名とさせていただきます。

参加される方の生まれた月により、参加できる回が決まっています。

ご家族で参加される場合、代表者を決めていただき、その方の生まれた月の回に全員で参加することもできます。

予定表は2か月ごとに更新します。会場で配付するほか、健康管理事業団のホームページにも掲載します。



春日井市健康管理事業団

検索