

ボディメンテナンス教室 開催及び参加者募集について

ストレッチ・筋膜リリースなどのボディメンテナンス法や誰でもできるセルフケアを
実践し、身体の不調や違和感解消を目指す「ボディメンテナンス教室」を開催します。
参加者募集記事の掲載と当日の取材をお願いします。

1. 日 時 令和6年9月4日～9月25日
毎週水曜日(全4回) 午後2時～3時
2. 会 場 諏訪市体育館
3. 講 師 ラヴィフィットネスコミュニティより派遣
4. 対 象 諏訪市在住、在勤、在学の方
5. 定 員 30名(先着順)
6. 参加料 500円(教室初回に集金)
7. 持ち物 汗拭きタオル、飲み物、運動靴、運動のできる服装、
ヨガマット(なければ大きめのバスタオル)
8. 申込み 8月2日(金)から8月21日(水)午後5時までに
諏訪市ホームページからながの電子申請サービスで申込み

諏訪市教育大綱 基本理念

誰もが輝き 誰もが幸せ
新たな時代を切り拓き
つながり続ける **学びの和**

〒392-0016 長野県諏訪市豊田 811-1
しんきん諏訪湖スタジアム内
長野県 諏訪市 教育委員会事務局
スポーツ課 スポーツ振興係
(担当) 小川風歌
電 話 0266-57-2811 F A X 0266-57-2813
メー ル sports@city.suwa.lg.jp