

第3回健康づくり講習会

最近身体が固いわ。運動不足だなあ…。メタボリックって言われたくない…
いつまでも若々しく元気でいたいわ！

そんなあなた！ 初心者でもできる“エアロビクスヨガ”を
体験してみませんか？ぜひお気軽にご参加ください。

ゴルフアートカルチャー教室で指導されている先生による初心者コースです
今回参加者全員にゴルフアートカルチャー教室無料体験券差し上げます。
みなさんの参加をお待ちしています。



- 開催場所 ボルフアートとやま 4階「珊瑚の間」
富山市奥田新町 8-1 TEL 076-431-0539
参加費は無料です
(駐車場は富山北モータープールをご利用ください)
- 開催日時 2010年12月2日(木)
受付 13時～ 開会 13時30～15時
- 募集人数 50名
- 締切日 2010年11月26日(金) 下記の申込書に記入の上
FAXで申込ください。

当日は運動しやすい服装、ヨガマットなければバスタオル
汗ふきタオル、ペットボトル等水分補給をご持参ください
着替えもできます。

申込書 (FAXでお申し込みください)

氏名		男女	連絡先	—	—
勤務先					
住所					

<申込先> 富山県労働者福祉事業協会 事務局
〒930-0857 富山市奥田新町 8-1
(ボルフアートとやま 6階)

TEL 076-431-0539 FAX 076-431-0510