

健康のための新体操 ～健やかリボン体操～

新体操のリボンを使って楽しく体を動かしましょう！

新体操と聞くと強烈な柔軟性が必要だと思われがちですが、この講座では心地よいストレッチや体操しか行いませんので、どうぞご安心ください。

新体操のリボンを使うと、普段の何気ない動きも華やかに見えてきます！また、リボンを扱う動作は頭の体操にもなりますので、運動の後には体も頭も心もスッキリすることでしょう！一緒にリボンで楽しく運動しましょう！

日 時 9月7日(土)10:00～11:30

場 所 町田市生涯学習センター(町田市原町田6-8-1町田センタービル)
JR横浜線町田駅徒歩3分・小田急線町田駅徒歩5分

講 師 桜美林大学健康福祉学群 助教 高橋 弥生 氏

対 象 一般の方(50代以上の女性大歓迎です！)

定 員 20名(申し込み多数の場合は抽選します)

参加費 1,200円

申込締切 8月15日(木)〈必着〉



〈お申込み方法〉

裏面の受講申込書に必要事項を記入のうえ、郵送またはFAX(042-703-8536)にてお申し込みください。
または、さがまちコンソーシアムホームページのさがまちカレッジ申し込みフォームに必要事項を入力して、送信してください。



さがまちカレッジ

お問い合わせ・お申込み先

さがまちコンソーシアム 事務局(公益社団法人相模原・町田大学地域コンソーシアム)

住所: 〒252-0303 相模原市南区相模大野3-3-2-301 ユニコムプラザさがみはら内

TEL: 042-703-8535

FAX: 042-703-8536

E-mail: college@sagamachi.jp

ホームページ: <https://sagamachi.jp/> お問い合わせ時間: 月～金曜日(祝日を除く)9:00～12:00 13:00～17:00

受講申込書

さがまちカレッジ

申込期限 2024年8月15日(木)

※申込期限以降も、定員に余裕のある場合は、お申込みいただけます。

詳しくは、コンソーシアム事務局〈TEL042-703-8535〉にお問い合わせください。

FAX申込先 042-703-8536

		申込日	月	日
*受講講座名	健康のための新体操		*講座NO.	A2420138

*フリガナ		*性別	男	・	女
*氏名		*年齢			歳
*住所	〒				
*TEL		FAX			
携帯電話					
E-Mail					
*所属	<input type="checkbox"/> 生徒(中学・高校 年) <input type="checkbox"/> 学生(年) <input type="checkbox"/> 主婦 <input type="checkbox"/> 勤労者 <input type="checkbox"/> その他()				
備考					

*記入必須項目

※原則として、お一人様につき一枚、受講申込書をご提出ください。

※お申込み時に記載していただいた内容は、当法人事業に係る目的のみ使用します。

さがまちコンソーシアムとは—

「さがまちコンソーシアム」は、相模原市と町田市を生活圏とする大学、NPO、企業、行政など様々な主体が連携し、魅力あふれる地域社会を創造することを目的に設立されました。多彩な学びの場を市民に提供する「教育学習事業」、まちづくりの担い手を育成する「人材育成事業」、新たな文化・福祉・産業の発展に寄与する「地域発展事業」を3つの柱としてさまざまな事業を展開しています。