

令和6年度「かろやかクラブ」について

「かろやかクラブ」は、ヨガやストレッチポール、簡単筋トレなど軽い有酸素運動を行い効果的な体脂肪の減少と、運動の習慣化を図ることを目的としています。

今年度も大人気の「**ヨガ教室**」を中心に開催いたします！

町広報誌や町ホームページで内容や開催日等を周知しますので、参加される場合は、当日時間までに集合願います。

今年度より新たに親子での参加及び小中学生・高校生も募集しておりますのでたくさんのご参加をお待ちしております！



1. 開催予定 5月～3月（年間12回）
 - ・5, 7, 9, 11, 1, 3月に各2回 計12回予定
 - ★5月は13日（月）と20日（月）に「**ヨガ教室**」を開催
 - ※教室内容については町広報誌や町ホームページで周知致します。
2. 場 所 文化交流センター 小ホール など
3. 参 加 料 年間分一括払い 3, 000円（高校生以上）
 1, 000円（中学生以下）
 毎回支払い 1回につき300円（高校生以上）
 1回につき100円（中学生以下）
 ※親子参加の場合は幼稚園児は無料となります。
4. そ の 他 保険等は各自で対応願います。



〒078-3301
 留萌郡小平町字小平町 458-3
 小平町B & G海洋センター内
 小平町教育委員会 社会教育課 伊藤
 TEL/fax 0164-59-1216

キリトリ線

令和6年度「かろやかクラブ」参加申込書

フリガナ					男・女	
氏 名						
住 所	〒					
電話番号	自 宅		携 帯			
生年月日	年	月	日	生まれ	年齢	才
支払方法	年間一括払い希望 ・ 毎回払い希望					

※申込は海洋センターまでお願い致します。