

2026年7月限定

シニア運動教室

無料体験会



スタジオ教室

プール教室



三日坊主大歓迎 ~ちょっと、暇つぶしてみませんか?~

ちょこっと運動したら、ココロもカラダも気持ちいいですよ

日 時

スタジオ教室 火~金曜日 9:45~10:45 (60分間)
プール教室 水曜日 10:30~11:30 金曜日 13:30~14:30 (60分間)
※曜日・時間を選択ください ※体験回数はスタジオ・プール各1回
※参加予定日を欠席する場合は7月中のみ振替可能 ※振替する場合ご一報ください

対 象

おおむね60歳以上の男女
※初参加の方が優先となります

持ち物

スタジオ教室：室内用シューズ、水分補給用飲み物、タオル
プール教室：水着、水泳帽子、水分補給用飲み物、タオル
※プールに入る際は、お化粧を落とし、ピアスやネックレスなどの装飾品は外してください

申込方法

窓口もしくは電話でお申し込み可能。教室参加前までに必要事項を施設設置の書面にご記入頂き、施設受付にご提出ください。

申込期間

6/7 (日) 12時~ ※5/29 (金) ~6/2 (火) は施設点検休館日



公益財団法人体力づくり指導協会 君津市西君津 11-1 www.tairyoku.or.jp/

君津メディカルスポーツセンター

TEL.0439-88-0611



K-2605HF-0017