

無理なく楽しく続けられる!!健康維持に始めてみませんか?

★群馬県民カレッジ連携講座★

参加者募集!

チェアヨガ講座

伊勢崎
会場

令和5年

日時 6月29日(木)・30日(金)
13:30~15:30

場所 緋の郷円形交流館 (伊勢崎市昭和町1712-2)

講師 山田いずみさん
(チェアヨガインストラクター)



撮影:羽田裕明

定員 30名 (申込多数の場合は抽選)

対象 県内在住のおおむね50歳以上で、ボランティア活動をしている、またはボランティア活動に興味がある人

参加費 500円

締切 令和5年6月15日(木)必着

★チェアヨガはヨガが初めての人でも、マットがなくても、椅子に座ったまま手軽にできます。

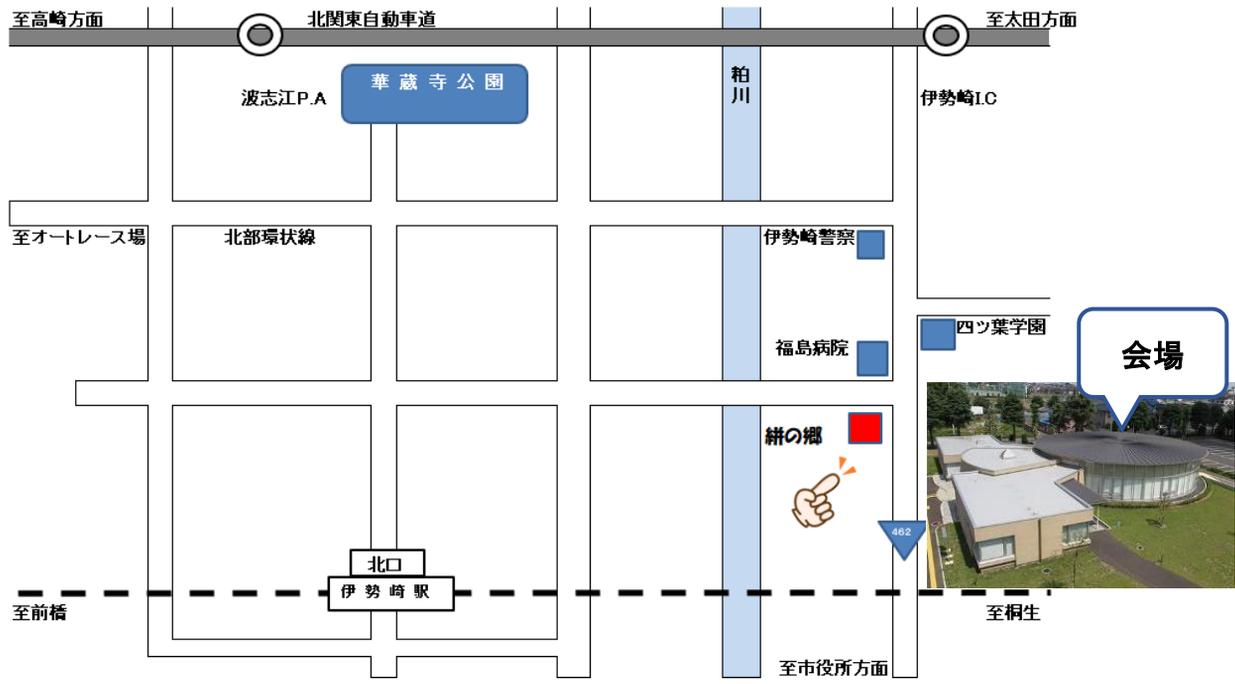
★サロンなど地域活動での活用はもちろん、自宅での健康管理に役立つプログラムをご用意してお待ちしております。

主催: (公財) 群馬県長寿社会づくり財団 共催: (社福) 伊勢崎市社会福祉協議会
後援: (一財) 群馬県老人クラブ連合会 (社福) 群馬県社会福祉協議会 伊勢崎市

申込方法は裏面をご覧ください。



会場：緋の郷円形交流館（伊勢崎市昭和町1712-2）



チェアヨガ講座（伊勢崎会場） お申し込みについて

◆申込方法 下欄参加申込書の内容を、電話・郵送・FAX・メールでお知らせください。メールの場合は、件名に「チェアヨガ講座（伊勢崎会場）申込み」と明記してください。

◆申込先

群馬県長寿社会づくり財団「チェアヨガ講座（伊勢崎会場）」係
 〒371-8517 前橋市新前橋町13-12
 電話：027-255-6511
 FAX：027-255-6166
 eメール：gunshiren@sjc.ne.jp



財団ホームページ
QRコード

◆その他

参加決定の可否は、締切後申込者全員に通知します。



「チェアヨガ講座（伊勢崎会場）」参加申込書

下記※「個人情報の利用目的」に同意の上お申し込みください。

ふりがな		性別
氏名		男・女
生年月日	年 月 日 (歳)	
郵便番号 住所	〒	
電話番号		
受講動機		

※個人情報の利用目的

1. 当事業及び群馬県長寿社会づくり財団が主催する事業で利用します。
2. 参加決定通知の発送・修了証書の作成に利用します。
3. 上記1.2を行うため共催団体と参加者の個人情報（住所、氏名、性別、年齢、電話番号）を共有します。