

Joy Joy スポーツデー

ドッチボール、バドミントンなど
カラダを動かしてたくさん遊ぼう！

とき： 2019/9/7(土) 15:00~17:00

ところ：尾張旭市渋川福祉センター

尾張旭市渋川町三丁目 5-7 (0561-51-1997)

現地集合：14:50 解散：17:00 頃

持ち物：室内シューズ・水筒・タオル・自分の遊びたいもの

●特別企画：健康体操コーナー（主にお父さん、お母さん向け）

お父さん、お母さんも一緒に体を動かしませんか？

今回は、特別に**健康体操の先生**をお招きしています！

誰にでもできる、ちょっと汗を流す程度の健康体操で、

日頃動かしていない筋肉を目覚めさせましょう！

ヨガマットをお持ちの方はご持参ください。

（健康体操に参加される方のみ参加費 800 円です）

※ おみやげがあるので、ぜひ早めにお申し込みください！

※ 健康体操に参加されない場合は、参加費は必要ありません。



申し込み締切：2019/9/4（水）

申し込み先：長久手キリスト教会（0561-61-5164）

<http://nagakute-ch.holy.jp/query>