



いきいき



# チェア体操

日 程 : 平成29年2月21日(火)

時 間 : 11:30~12:30  
(終了後、ご希望の方は健康増進施設の施設見学を行います。)

場 所 : サンパルネ2階 コンベンションホール

※当日は直接2階のコンベンションホールへ

お越しください。

対 象 : 運動初心者・高齢者  
また、車椅子の方・お体が不自由な方、障がいのある方などどなたでもご参加いただけます。



申 込 : 平成29年2月19日(日)まで、サンパルネ3階総合受付  
またはお電話にてお申込お待ちしております。

持 物 : 飲み物・タオル

(当日は、動きやすい服装とシューズでお越し下さい)

お問い合わせ  
東村山市市民ステーション「サンパルネ」  
指定管理者: 東京ドームグループ  
TEL:042-395-5115

## いきいきチェア体操 申込書

氏名	電話番号	年齢
フリガナ		

運動歴	既往歴

領収印	担当