

# エンジョイ健康スポーツステーション(シニアの部) 日程予定

回数	月 日	時間	内容	場所
1	9月7日(金)	9:30~11:30	後期開校式 体力測定・筋力トレーニング	来てこ(ホール)
2	9月14日(金)	9:30~11:30	クリーンアップ作戦 ~みんなで守ろう静岡の海~	大浜海岸
3	9月22日(土)	9:30~11:30	生活習慣向上講座 簡単エクササイズ	静岡大学
4	9月29日(土)	9:30~11:30	カローリング教室	盲学校 体育館
5	10月5日(金)	9:30~11:30	リズムダンス (タップダンス&ボディー パーカッション)	ピュアSC クラブハウス
6	10月13日(土)	9:30~11:30	エンジョイ 卓球教室	ピュアSC クラブハウス
7	10月20日(土)	9:30~11:30	グラウンド・ゴルフ 教室	盲学校 グラウンド
8	10月27日(土)	9:30~11:30	サッカー教室	盲学校 グラウンド
9	11月2日(金)	9:30~11:30	紅葉ウォーキング オリエンテーリング	静岡大学
10	11月9日(金)	9:30~11:30	筋力アップ・脳トレーニング 中間体力測定	
11	11月17日(土)	9:30~11:30	カローリング大会	盲学校 体育館
12	11月24日(土)	9:30~11:30	有酸素運動教室 ボクササイズ&ダンス	盲学校 体育館
13	11月30日(金)	9:30~11:30	リフレッシュ ヨガ教室	
14	12月8日(土)	9:30~11:30	障害物 卓球大会	盲学校 体育館
15	12月15日(土)	9:30~11:30	体力測定・ピュアエクササイズ 後期閉校式	来てこ(ホール)

( 印は静岡大学、盲学校、来てこ、ピュアSCクラブハウスのいずれかになります )

参加費(全15回) 新規会員 13,000円(保険代込み)

継続会員 12,000円(H19年度前期参加者)

## お友達紹介キャンペーン

紹介者(後期講座参加者)のお友達が後期の講座に参加する場合、

紹介者に1,000円キャッシュバック!

## 【お問い合わせ・お申込み先】

NPO法人 ピュアスポーツクラブ

TEL: 054-289-8100

E mail [info@pure-sc.org](mailto:info@pure-sc.org)

FAX: 054-654-6661

URL <http://www.pure-sc.org/>

1時間433円!