

国民健康保険の被保険者の方、限定

無料

健康運動教室

参加者
募集

骨密度測定実施

受付 13:00 ~ 13:30

教室 13:30 ~ 15:30 (2時間程度)

グラウンドゴルフ

講師 仁坂 吉博 先生 (和歌山県グラウンド・ゴルフ協会)

内容 グラウンドゴルフは、日本で高齢者向けに考案されたスポーツで、ニュースポーツの一種。高度な技術を必要とせず、しかも全力を出す場面と、集中力や調整力を発揮する場面がうまく組み合わせられており、ルールもごく簡単なことから、初心者でもすぐに取り組みます。



持ち物 運動できる服装、飲み物、汗拭きタオル

場所 河西緩衝緑地 西松江緑地サッカー場
和歌山市松江字 29 町場 2000 番地 ☎073-451-8355

日程	11/12(火)	11/26(火)	12/10(火)	12/24(火)	1/14(火)	1/28(火)	2/11(火)	2/25(火)
	3/11(火)	3/25(火)	11/12(火)に、骨密度測定を実施					

※雨天時は振替予定
※すべての日に参加できなくても構いません。途中からでも参加いただけます。お気軽にお申し込みください。

申込方法 以下の二次元バーコード、メールまたはお電話で（公財）和歌山県スポーツ振興財団 事業振興課までお申し込みください。



✉ sposhinzigyou@wakayamasposhin.or.jp
氏名・住所・連絡先・教室名を入力して送信して下さい

☎ **073-433-0035** (平日 9:00~17:00)
(公財) 和歌山県スポーツ振興財団 事業振興課 まで

受付開始日時 令和6年10月16日(水) 午前9時

対象者 和歌山県民

定員 25名程度(先着順) 定員に達し次第、申し込みを締め切ります。

お問い合わせ先

河西緩衝緑地管理事務所

和歌山市松江字 29 町場 2000 番地
☎073-451-8355 (平日 9:00~17:00)

又は (公財) 和歌山県スポーツ振興財団
事業振興課

〒640-8319 和歌山市手平 2-1-1
☎073-433-0035 (平日 9:00~17:00)