

あきた元気アツプ円熟塾 ～北秋田教室～

主催：秋田県スポーツ科学センター
共催：北秋田市



みんなで
延ばそう
健康寿命！

脳トレ・ストレッチ
筋トレ
有酸素運動



- ・日 時 令和8年8月28日(金) 13:30～15:00(90分)
- ・場 所 北秋田市民ふれあいプラザコムコム 多目的ホール
- ・参加費 無料(けがに対する保険は各自でご加入ください)
- ・持ち物 飲み物・タオル
- ・参加申込 【団体】代表者がまとめて申込用紙を下記へ送付
【個人】当日に会場にて記入
- ・参加対象 どなたでも！！

申込み・問い合わせ先
秋田県スポーツ科学センタースポーツ振興チーム
電話 018-864-6225 FAX 018-823-0008