



体力アップして
健康な毎日を

班回覧

令和5年度挾間公民館主催教室 受講生募集 生涯動ける体づくり教室

運動不足の方や運動が苦手な方でも、無理せず楽しめる内容です。
生涯動ける体づくりを目指して運動習慣を身につけよう！

【ゆふ健康マイレージ対象事業】健康マイレージポイント券をお配りします。

◆日程（全8回） 時間はいずれも14時～15時

- | | |
|--------------|------------|
| ① 6月 5日（月） | ⑤ 7月31日（月） |
| ② 6月19日（月） | ⑥ 8月14日（月） |
| ③ 7月 3日（月） | ⑦ 8月28日（月） |
| ④ 7月17日（月・祝） | ⑧ 9月11日（月） |

◆場所 はさま未来館 4階 多目的研修室

◆講師 body support Re：Life 代表
馬場 優人 氏

◆受講料 年間2,000円

◆定員 10名

（由布市在住者対象 希望者多数の場合は抽選）

申込期限 5月26日（金）まで

9月から中上級者向けの「全身美ボディエクササイズ教室」も
開講予定（8月頃より、市報等で募集予定）

申込・問い合わせ先 由布市社会教育課 挾間公民館

▼申込専用フォーム



TEL 097-583-1118

（電話受付 平日8時30分～17時）

