

令和7年度挾間公民館主催教室 受講生募集

脳と身体の運動教室

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。

脳トレの要素も入った運動で、認知機能や運動技能、集中力の向上などが期待できます。

【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19時～20時

- | | |
|------------|-------------|
| ① 8月 4日（月） | ⑤ 10月 6日（月） |
| ② 8月18日（月） | ⑥ 10月20日（月） |
| ③ 9月 1日（月） | ⑦ 11月10日（月） |
| ④ 9月22日（月） | ⑧ 11月17日（月） |

◆場所 はさま未来館 3階 DENKENホール

◆講師 AVANTE 運動教室 From ADACHIKOBRAIN

・足立 尚隆 氏 ・牧 直斗 氏

◆受講料 年間2,000円（初回の教室で納入して頂きます）

◆対象 由布市在住の方

◆定員 30名（希望者多数の場合は抽選により決定）

◆問合せ 挾間公民館 097-583-1118

申込 挾間公民館窓口・電話・インターネット

※ 窓口・電話受付は平日8時30分～17時

※ インターネットからのお申し込みは
専用フォームからお願いします。

申込専用
フォーム

