にちじょう 日常プログラム

何かが見つかる！？

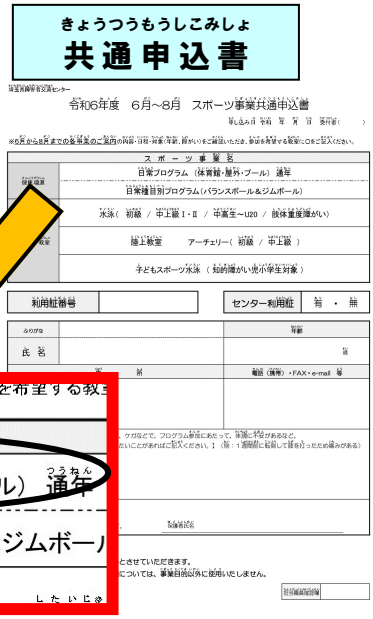
日常プログラムって、何だろう？

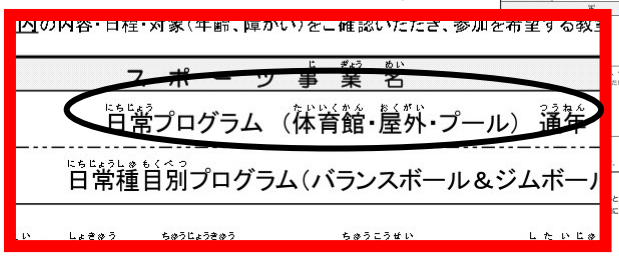
初心者でも
気軽に参加できる
プログラムです！
1時間の運動で
気持ちよく汗を
かきませんか？

各回ごとに
種目が変わります！
あなたにぴったりな運動
が見つかるかも？！

1度申し込めば
3月までいつ
でも参加ＯＫ
です！

共通申込書の
「日常プログラム」
に〇をつけて前日
までに持参または
FAX、E-mailで
お申込み下さい！





《お問合せ・お申込み》埼玉県障害者交流センター　スポーツ担当
〒330－8522
さいたま市浦和区大原3－10－1
TEL　048-834-2248
FAX　048-834-3333
E-mail　sports@kouryu.net

日程・内容は裏面を
ご覧下さい！