■ 9月1日「防災の日」: 防災や災害についての 知識を高めることを目的に1960年に制定・「防災の日」を含む1週間を防災週間といい、 防災に関する講演会や展示会等の開催、防災訓練 の実施などが、国や全国の地方団体によって行われています。

第66号 発行 2017.9.15

佐倉市民体育館・佐倉市青少年体育館指定管理者㈱オーエンス 平成29年度第2回主催事業

がだれでも楽しり目が終

10_月11, 18, 25 日 水曜日

午前11時10分~12時20分 70分



まったくヨガを知らない方でもヨガを知っている方でも、楽しいヨガ、新たなヨガに 気が付きます

【○主な内容○】: 激しい動きはありません。楽しく行いましょう。

第1回:ヨガって何だろう

第2回:呼吸と動き

第3回:呼吸とポーズ

場 所 市民体育館内 柔道場

講師 花嶋薫 ヨガインストラクター

料 金 3回分一括 1,500円(保険料を含む)

定員 25名 (先着順)

対 象 18歳以上 (性別問わず)

服装 運動しやすい服装。くつ下又は素足で行います。

持ち物 飲み物・汗ふきタオル・ヨガマット又はバスタオル

申込期限 9月27日(水)

☆定員に達し次第、終了とさせて いただきます。*キャンセル待ちになります。



☆定員に達しない場合、延長いたします。*電話または窓口でお問い合せください。 ①医師に運動を止められている方はご参加いただけません。②体調の優れない時の参加はご遠慮願います。

◎消防訓練を実施しました◎

*9月14日、市民体育館で消防訓練を実施しました!

- ·火災通報訓練 ·初期消火訓練 ·館內放送訓練
- ・避難誘導訓練・消火器訓練ほか

訓練にご理解、ご協力をいただき、 ありがとうございました。







佐倉市民体育館 tel.043-486-1041