神戸老眼大学会
入会・入部者募集

神戸市在住の６０歳以上の方ならどなたでも

新しい仲間と一緒に身体を動かしましょう

COCO トレ
（健康体操）

講師：八田 陽子 先生　《コミスタこうべ市民講師》
（原則 第 2、第 4 火曜日）

【日　程】4 月の開催日は下記の予定です。
　4月14日（火） 4月28日（火）

【時　間】
　13:30～14:40　70分

【テーマ】
　顔・心・身体を若々しく健康にする

　顔筋トレーニング、身体の筋肉トレーニング、呼吸法

----------＜切り取り線＞----------

参 加 申 込 書

フリガナ

申込者:＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿（　　歳）

住　所:＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿　電話:＿＿＿＿＿＿＿＿

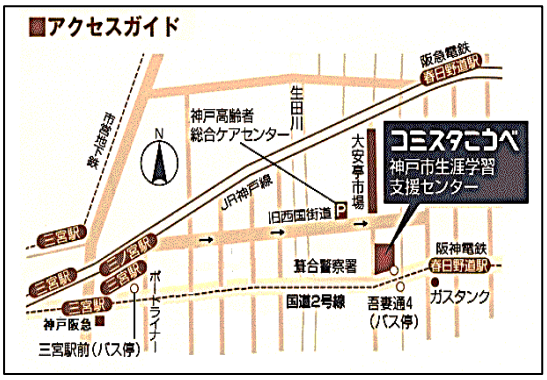
神戸老眼大学会会費　年会費　4500円　入会費　2か月　2000円

申込締切日:3月24日（火）

●募集人数：教室２０～３０名
●服　　装：運動できる服装
●持 ち 物：ヨガマット あるいは バスタオル（床敷用）、
　　飲み物、タオル

●開催場所：コミスタこうべ（神戸市生涯学習支援センター） 403号室

■JR三ノ宮・地下鉄三宮　徒歩15分
■阪神バス　吾妻通4丁目バス停スグ
■阪神電鉄　春日野道駅西口　徒歩8分
■阪急電鉄　春日野道駅西口　徒歩13分
※来館者用駐車場はありませんので、
近隣の駐車場をご利用ください。



●入会・入部申込案内
（1）『神戸老眼大学会入会・サークル部入部申込書』に必要事項を記入し、提出してください。
入部にあたっては神戸老眼大学会への入会（年会費：4,500 円）が必要になります。
（2）『COCO トレ』部費：2,000 円/2 か月

☆上記手続きを3月24日までに神戸文化ホールでの神戸市老眼大学開講日にお願いいたします。

●問合せ先
神戸老眼大学会　本部事務所
〒651-0076 神戸市中央区吾妻通 4-1-6
コミスタこうべ内　神戸老眼大学会
TEL/FAX　:078(251)5586（不在の場合：090-1891-4704）
E-mail：rougan.dgk@gmail.com

大学会へのメール送信用 QR コード

大学会ホームページ QR コード