



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



健康体操部・COCOトレ

練習風景



pixta.jp - 5642875

講師：八田 陽子 先生 《コミスタこうべ市民講師》

【練習日程】 毎月 第2、第4火曜日 13:30~14:40 70分

【練習場所】 コミスタこうべ 4階

4月の開催日は下記の予定です。

4月14日(火) 4月28日(火) 403号室

【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

※ 毎月開催いたしますので練習日程に合わせて、体験にお越しください。

健康体操部・COCOトレ 部長 藤本 勲

-----<切り取り線>-----

健康体操部入会入部申込書

フリガナ

申込者：_____（ 歳）

住 所：〒_____ 電話：_____

区名 _____ 会員番号 _____

入金日 年 月 日 入会日 年 月 日 入部日 年 月 日

神戸老眼大学会会費 会費 4500円/年 部費 2000円/2か月

- 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） 4階

- 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)『健康体操部・COCOトレ』部費：2,000円/2か月

☆上記手続きを練習日及び神戸文化ホールでの神戸市老眼大学開講日をお願いいたします。

●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）
- ◎健康体操部・COCOトレ 部長 藤本 勲
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