



秋冬期



2023 サン・リフレ函館

文化・教養講座

# 受講生募集

## 健康卓球教室

ラリーの続きやすいラージボール卓球で心地良い汗を流しながら、あわせて技術を習得できるように個別指導します。

また、しりとりをしながら練習を行うなど、楽しみながら脳の活性化と身体の健康維持をはかります。

主催	サン・リフレ函館
開講期間	毎週金曜日 令和5年10月6日～令和6年3月29日 計20回 ※開催日程については裏面参照
時間	10:00～12:00
会場	サン・リフレ函館
講師	笹浪 博義 氏 函館卓球協会顧問 白鳥 修 氏 函館卓球協会副理事長
定員	30名 ※80歳以上の方は要相談。団体行動ができる方を対象とします。
受講料 申込み方法	14,000円(一度納入いただいた受講料は返却いたしませんのでご了承ください) サン・リフレ函館の窓口または電話で受け付けます ※先着順で受付し、定員に達した場合は募集を締め切ります。 また、応募が少ないときは開講できない場合もあります。
用意するもの	ラケット、運動しやすい服装、運動靴(屋内用)



～募集期間～

令和5年9月2日(土)～9月15日(金)



### サン・リフレ函館

函館市大森町2番14号 函館市勤労者総合福祉センター

電話:0138-23-2556