

「とちぎ県民カレッジ」連携講座

令和5年度（後期）コンセーレコミュニティ・カレッジ実施計画書

講座名	いきいき3B体操	講師名	村松 裕美子 (公益社団法人 日本3B体操協会 栃木県支部)		
期間	10/3 ~ 3/19	日時	第1・3火曜日 10:00~11:30 (全12回)		
会場	コンセーレ(栃木県青年会館) (宇都宮市駒生 1-1-6)				
定員	10名 (6名)	受講料	18,000円	教材費	材料費：道具代 2,400円
講座紹介文	3B体操は、ボール・ベル・ベルターという用具を使って誰でもできる楽しい体操です。運動が苦手な方でも大丈夫。音楽に合わせて楽しく体を動かして、健康寿命の延伸を目指しましょう。親子ペア（子どもは未就学児まで）は1人分の受講料で参加可能です。				
その他	受講者に準備してもらう物。受講時に持ってきてもらう物など。 動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物				

※定員欄のカッコ内の人数は最小催行人数です。人数に達しない場合、開講を見送ることがあります。

開講日1週間くらい前に開講するかどうか決定しご連絡差し上げます。

※諸事情で会場が変更になる場合がございます。正面玄関、南玄関の案内板で当日の会場をご確認いただくようお願い致します。

日程表

No.	講座日	内容
1.	10/3	
2.	10/17	
3.	11/7	
4.	11/21	
5.	12/5	
6.	12/19	
7.	1/16	
8.	1/30	
9.	2/6	
10.	2/20	
11.	3/5	
12.	3/19	

※講師または青年会館の都合により日程が変更される場合がございます。

◆◆◆ お問い合わせ先 ◆◆◆

コンセーレコミュニティ・カレッジ事務局 (栃木県青年会館 事業課内)

Tel: 028-624-1488(直通) 028-624-1417(代表)

Fax: 028-666-6075

E-mail: info@tskf.jp URL: <http://www.tskf.jp>

〒320-0066 栃木県宇都宮市駒生 1-1-6 とちぎ青少年センター内



コミュニティ・カレッジ

公式LINEアカウント

@514vzmna