



高SPO からの お知らせ



☆ イベント開催情報 ☆

高SPO体験教室が下記の日程で開催されます。
会員の方だけでなく、多くの方の参加をお待ちしています。

- 日 時 平成24年7月29日（日曜日）8時45分開会
- 場 所 高森町民体育館
- 参加料 会員の方……………無料 会員でない方……………300円（中学生以下100円）
（当日は会員証をお持ち下さい。当日の高SPO加入もできます）

イベント内容

- ノルディックウォーキング教室・ウォーキング教室
休暇村南阿蘇遊歩道での散策を行います。
- 太極拳教室・3B体操教室・健康ストレッチ教室
町民体育館内を利用し、各種教室の体験が出来ます。
 - ・また、当日は空手教室の生徒たちによる空手の演舞が行われます。
 - ・ウォーキング教室については、雨天時町民体育館での開催となります。



☆ 新教室開設 ☆

高SPOでは、7月より新教室を発足させます。
新しい教室の名前は「スポーツバイキング」
内容は、毎回異なる種目のスポーツを行う教室です。

（例：ミニバレー・ショートテニス・ドッチビー・サッカー野球・フィットネス・卓球等々）

18歳以上の男女・日頃運動不足の方々が対象となります。

スポーツ初心者の方でも気軽に楽しめる教室にしたいと考えています。

開催日時は下記のとおりです。

- 日 時 毎週火曜日午後7時から
- 場 所 高森中央小学校体育館
- 料 金 7月中は無料となっています。（8月以降は高SPOの会員登録が必要です。）

※イベント・教室の詳細については事務局までお問い合わせください。

■お問い合わせ先 高SPO事務局 TEL 62-2991