

猿投中学校 P T A 会長
鍛治 史栄

猿投中学校 P T A 健康教室について(ご案内)

秋冷の候、会員の皆さんにはご健勝のこととお喜び申し上げます。
さて、見出しの件につきまして、今年度は、幅広い年齢層の方にヨガやエアロビクスを指導
されている後藤先生をお招きし、下記のように開催いたします。ご多用な折とは存じますが、
ご参加いただきますようご案内いたします。

記

- 1 開催日時 令和5年11月10日（金） 10：35～12：15
- 2 会場 猿投中学校 体育館
- 3 内容
- (1) ねらい ・ヨガ体験を通して、会員が健康管理のきっかけにする。
- (2) 体験会 ・講師 後藤 美佳先生 ムーンサイクルヨガインストラクター
リンパケアセラピスト
ヨガ体験
- (3) 日程 10：35～11：45 健康教室
11：45～12：15 閉会行事
- 4 その他
- ・駐車場は猿投中学校運動場をご使用ください。
 - ・下記の参加確認票に記入していただき、10月27日(金)までに担任へご提出ください。
 - ・この件に関するお問い合わせは、猿投中教頭 山本（45-0264）までお願いします。

※当日準備物 … バスタオル、シューズ、飲み物、運動のできる服装
必要な方のみ：着替え、汗拭きタオル、上着、ヨガマット

キ リ ト リ

健康教室 参加確認票

P T A 健康教室に参加します。

年組	生徒氏名
	保護者名
ヨガマットの貸出	要 ・ 不要