

令和5年10月13日

猿投中学校PTA会員 各位

猿投中学校PTA会長
鍛冶 史栄

猿投中学校PTA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。
・この件に関してのお問い合わせは、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

PTA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