

(一社) 元気クラブいなべと希望荘との協働イベント事業

元気づくり体験

リフレッシュコース

元気づくり体験が、菰野の湯の山温泉「希望荘」で体験できます！！

元気バスが集会所を通りますので、気軽に参加し“元気いっぱい”楽しんでいただけます。

★日時 平成29年 [6月20日(火)] [6月21日(水)] (雨天決行)

募集地区 [大安地区 北勢地区] [藤原地区 員弁地区]

午前8時30分～9時出発 (詳細は担当コーディネーターより確認)

★集合場所 各集会所 (※詳細は担当コーディネーターまで)

★行き先 三重県勤労福祉センター 希望荘 (菰野町 湯ノ山)

★参加資格 いなべ市民・クラブ会員

★募集人数 20日(火)・70名 (先着順) } 「定員になりしだい締め切ります」
21日(水)・70名 (先着順)

★参加費 《いなべ市民》2,100円 《クラブ会員》1,700円
(元気づくり体験参加料・昼食・入浴券・保険料等込み)

★持ち物 水筒・帽子・履き慣れた靴・タオル・着替え・その他各自必要なもの

★申込方法 5月22日(月)から受け付けを行いますので、下記の参加申込書にご記入のうえ、
参加費を添えて6月9日(金)までに元気クラブいなべ事務所までお申込みください。

※ キャンセルは6月19日(月) 17:15分までに、お願い致します。
それ以降の返金は致しませんので予めご了承下さい。

※ 行程予定 ※

8:30~9:15 元気バス、各集会所へ(※1) 11:30 温泉・自由行動
9:15 出発 12:00 昼食
9:45 希望荘 到着 13:30 希望荘 出発
10:00 元気づくり体験 14:30 各集会所 到着予定(※2)

リフレッシュAコースかBコースを楽しむ

- Aコース: 準備運動・ストレッチ~筋力トレーニング~ウォーキング~リズム体操~整理運動等
- ★Bコース: 菰野の自然を楽しみながら外を歩く、ウォーキングコース(約40分)

※1 集会所への元気バスの時間は参加申込後、連絡致します。

※2 帰着時間などは、交通事情等により前後することがあります。予めご了承下さい。

★お問い合わせ: 〒511-0504 いなべ市藤原町川合790 (ふじわら高齢者生活支援センター内)
(一社) 元気クラブいなべ TEL 0594-46-8421 ・ FAX 0594-46-8424

切り取り線

平成29年度 リフレッシュコース 参加申込書

開催日	6月20日(火) (大安・北勢)	・	6月21日(水) (藤原・員弁)	希望コース	●Aコース	・	★Bコース
氏名			男・女	生年月日	年	月	日 歳
住所	〒 -			会員 (NO) ・ 非会員			
電話番号	緊急連絡先				食事コース	①(通常) ・ ②(やさしい)	
誓約書	私は、一般社団法人元気クラブいなべが主催する「リフレッシュコース」参加中に生じた事故等については私の責任において処理し、主催者側に一切の迷惑をかけないことを誓約いたします。						

受担当名

受付日

領収日