

人生100年時代

スロエアロビック
SLOW AEROBIC



伝える

つながる

元気になる



太田市20周年記念事業 スローエアロビック教室

どなたでも参加
できます

スローエアロビックは音楽に合わせて行う
「シンプル」「スマイル」「ソフト」の軽運動です。

高齢者や体力のない初心者の方にでも気軽に実践してもらえるよう簡単な動きを反復して楽しむエクササイズです。高齢者でも安心して音楽に合わせて動けるようになります。

1.日時・場所

2024年11月24日(日)

受付 10:00

開始 10:30~12:00

2.場所

太田市総合体育館(群馬県)
【名称: OPEN HOUSE ARENA OTA】

3.主催・後援・主管

主催: 太田市エアロビック協会

共催(協力): 関東エアロビック協議会/群馬県エアロビック連盟/茨城県エアロビック連盟/神奈川県エアロビック連盟/埼玉県エアロビック連盟/千葉県エアロビック連盟/NPO法人東京都エアロビック連盟/栃木県エアロビック連盟/新潟県エアロビック連盟/山梨県エアロビック連盟

特別協賛: スズキ株式会社

後援: 公益社団法人日本エアロビック連盟

4.募集人数

先着300名(参加料無料)
運動靴(上ばき)をご用意ください。

申込先

太田市スポーツ振興課 齋藤
電話番号 0276-60-4123

又は右に記載の参加申込
GoogleフォームQRコード
よりお申込みください。

