

昭和公園

スポーツをする人のためのストレッチ

スポーツ前の大事なストレッチ！

青空の下で大事な準備運動をしましょう！

開催日	平成30年6月23日（土） ※雨天中止	
日時	10:00から11:30まで	
参加料	無料	
講師	函館市社会体育振興会 健康運動実践指導者 山本 道子氏	
集合場所	昭和公園 エントランス広場 (セイコーマート側駐車場付近)	
募集定員	20名 ※定員になり次第締め切らせていただきます。	
募集期間	平成30年5月23日（水）から 平成30年6月22日（金）まで	
持参品	帽子・水分補給用の飲料・汗ふきタオル・ 運動しやすい服装・履き慣れた運動靴・ ウエストポーチやリュック等でお越しく下さい。	

申込み・問合せ先

〒040-0044 函館市青柳町6-12  
一般財団法人函館市住宅都市施設公社  
花と緑の課 西部公園事務所  
電話 0138-22-6789