

令和7年度第4回ピン・ピン講座

参加者募集中



軽スポーツ を楽しもう！

「体を動かしたいけどつい運動はしたくない…」「何か運動のきっかけが欲しい…」

そんなあなたにピッタリな今回のピン・ピン講座！

軽スポーツは、年齢・性別・運動経験の有無などに関わらず、誰もが楽しく参加できる、レクリエーションスポーツです。皆で楽しく体を動かし、心も体もリフレッシュしましょう！

**日時 令和7年1月28日（月）
午後1時30分～3時
(受付:1時～)**

場所 佐久市総合体育館 大体育室

内容 軽スポーツ

（モルック、スクエアボッチャ・ラダーゲッター）

ぴんころ食試食

各種健康測定

講師 スポーツ推進員

定員 先着30名

服装・持ち物 体育館用運動靴、飲み物、タオル等

LINEイベント予約
QRコード



☆下記問い合わせ先または

LINEにてお申し込みください

〈問い合わせ先〉

佐久市役所 健康づくり推進課 健康増進係

☎62-3189（直通）

