



# かわせみ体操講習会

かわせみ体操は「年齢に関係なく、誰でも気軽に参加できる・続けられる」体操を作り、藤沢市民に普及したい」という思いから、2012年に運動サポーターが作成した藤沢市オリジナルの体操です。



☆参加者特典☆  
ふじさわオリジナル体操  
CDもしくはDVDを  
プレゼント!



日時

2025年 1月31日 (金)

10:00~11:30 (受付9:30~)

会場

Fプレイス (藤沢公民館) 3F

※会場へは公共交通機関をご利用ください。

対象

藤沢市在住・在勤  
の方30人

もちもの

室内履き・飲み物

申込

【申込期間】 1月10日 (金) ~ 1月29日 (水) **※先着順**

藤沢市 健康づくり課 健康づくり推進担当

☎ 電話: 0466-50-8430 (直通) 平日9時~17時

☎ FAX: 0466-50-0668 ※氏名・TELを明記してください



周りの人を誘って  
参加してもOK!!

新しい公民館で  
体操できるキュン!



明日の生配信リハーサル  
のみなさん!

か らだを動かして健康づくり  
わ たしたちのまち  
ふじさわのオリジナル体操  
せ のびの運動から始めます  
み んなで楽しく体操しましょう!

※裏面あり (FAX用紙)



FAXでお申し込みは、こちらの面をお送りください

## 【藤沢市 健康づくり課 宛】

FAX：0466-50-0668



1月31日(金)実施 **かわせみ体操講習会 申込み**

|               |      |
|---------------|------|
| 氏名<br>※ふりがな必須 | ふりがな |
| 電話番号          |      |
| 住所            | 〒    |

◆申込み：1月10日(金) 午前9時から受付  
(電話・FAXまたは窓口にて)

## 【会場のご案内】 Fプレイス

※公共交通機関をご利用のうえ、お越しください。

### アクセス

 Fプレイスの最寄バス停は「南仲通二丁目」です。

 藤沢駅から徒歩11分（約1km）  
藤沢本町駅から徒歩9分（約750m）  
です。

