

地域スポーツの振興・指導者育成

スポーツカレッジしばさき

学校教員・スポーツボランティア・指導員の方必見!
目からウロコの講座が盛り沢山!
単独の参加も可能ですので、お気軽にご参加ください。

申込受付中!

お電話または
1階窓口にて
受付

10/27
(土)

みためのアンチエイジング

開催時間 18:00~19:15

場所 会議室

参加費 無料

担当講師 松本医師

定員 30名

持ち物 筆記用具

11/3
(土・祝)

食から支えるアンチエイジング

開催時間 18:00~19:15

場所 会議室

参加費 無料

担当講師 指定管理者
管理栄養士 渡邊 貴之

定員 30名

持ち物 筆記用具

11/10
(土)

こころとカラダのアンチエイジング

※運動が出来る服装でご参加ください(室内履きは不要です)

開催時間 18:00~19:15

場所 スタジオ

参加費 無料

担当講師 指定管理者
スタジオディレクター 長南 幸代

定員 30名

持ち物 スポーツウェアまたは
それに準ずるもの

ご不明な点はお気軽に1階フロントまでお尋ねください。

立川市柴崎市民体育館 Tel 042-523-5770

立川市柴崎町6-15-9 営業時間 9:00~22:30 休館日 毎月第3月曜日

指定管理者 住友不動産エスフォルタ・住友不動産建物サービス・鹿島建物共同事業体