

働く世代
対象!!

2025



みんなのスポーツ

SPORTSで笑顔に
日光にここにこスポーツ応援プロジェクト



日程・申込は裏面へ

講師

獨協医科大学日光医療センター
理学療法士



総合型地域スポーツクラブ
SCおおさわ



日程:初回9月30日(火)

3月まで(月2回程度)

対象:18~64歳の方(日光市在住または在勤)

定員:50名

会場:サンコー体育館(大沢体育館)

内容:集団でのストレッチ、有酸素運動

スポーツに準じた身体づくりや動作指導

バドミントン・卓球・ショートテニス 他

問合先:日光市教育委員会事務局スポーツ振興課

TEL:0288-21-5183 MAIL:sports-sinkou@city.nikko.lg.jp

実施スケジュール

9月…30 火

10月…6 月・20 月

11月…4 火・18 火

12月…2 火・16 火

1月…6 火・13 火・20 火

2月…3 火・10 火・17 火

3月…3 火・10 火・17 火

- ・全日程18：30～21：30（最長）
- ・前半・後半に分かれている回もあります。
途中からでもご参加ください。

申込方法

日光市HP

【申込9/15〆切】

申込前に市HPを
ご確認ください。



<https://logoform.jp/form/city-nikko/1086986>

