

令和7年8月吉日

亥の子谷コミュニティ協議会

健康づくりスポーツ部会

健康講座 軽スポーツ -カーリンコンを楽しもう-

まだまだ暑い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

恒例になりました、カーリンコン

赤と緑のディスクをそれぞれ6枚交互に投げ合い

どちらがポイント(マト)に近づけるかを競うゲームです。

年齢を問わず、誰にでも気軽に楽しめて

幅広い交流ができ、介護予防や健康寿命、延命にも

貢献している軽スポーツです。

皆で楽しく心地よい汗をかき、笑いで免疫力をアップしましょう。

日時: 9月23日(火祝) 10:00~12:00

場所: 亥の子谷コミュニティセンター 多目的ホール 2F

講師: 大阪府カーリンコン協会 大川氏(健スポ 本林)

費用: 無料

定員: 36名 +6 定員になりしだい

動きやすい服装で水分を持参下さい。

※申し込みは下記の用紙にご記入の上コミセン事務局までお願いします。(TEL・FAX可)

※申し込み時の個人情報、この行事以外に使用することはありません。

※来場者の駐車場はありません。

コミセン事務局 TEL06-6878-3155

FAX06-4864-8550

カーリンコン 申込書

住所 :〒

氏名 :

電話 :



健康づくりスポーツ部会