



京都サンガF.C. 健康アカデミー



運動を通じて健康であることの楽しさ、素晴らしさを実感するとともに、生涯健康に過ごせる社会づくりを推進する、「健康アカデミー」を開催します。

2018年**9月28日(金)** 10:00~11:30 (受付 9:30~)

山科地域体育館

- 地下鉄東西線「柳辻駅」下車 徒歩約9分
- 京阪バス「八反畑」下車 徒歩約4分
- 会場の駐車場はご利用できません。公共交通機関をご利用ください。



- 内容** 準備運動、ストレッチ、サッカーボールを使った運動など
- 講師** 京都サンガF.C. コーチ
- 対象者** 60歳以上で運動制限のない方
- 定員** 100名程度
- 持ち物** 運動のできる服装、屋内用シューズ、シューズ入れ（体育館の下駄箱は使用不可）、汗ふきタオル、飲み物など



申込 事前申込が必要です。
お住まいの学区の**高齢サポート(地域包括支援センター)**に
お電話でお申込ください。

締切日 2018年9月7日(金)

お住まいの学区	申込先	電話番号
音羽、音羽川、大塚	高齢サポート・音羽	595-8139
安朱、山階、西野	高齢サポート・山階	583-5833
山階南、百々、勸修	高齢サポート・勸修	595-7736
大宅、小野	高齢サポート・大宅	572-6660
陵ヶ岡、鏡山	高齢サポート・日ノ岡	595-5575
小栗栖、小栗栖宮山、石田、春日野、日野	高齢サポート・醍醐南部	572-6572
北醍醐、醍醐西、醍醐、池田、池田東	高齢サポート・醍醐北部	571-3560

主催：株式会社京都パープルサンガ 後援：京都市 共催：山科・醍醐地域包括支援センター

京都サンガF.C.ホームゲーム日程

7月 7日(土) 18:00~ アビスパ福岡	8月25日(土) 18:00~ ヴァンフォーレ甲府
7月16日(月・祝) 18:00~ 水戸ホーリーホック	9月 8日(土) 時間未定 ツエーゲン金沢
7月29日(日) 18:00~ 東京ヴェルディ	9月22日(土) 時間未定 栃木SC
8月 4日(土) 18:00~ モンテディオ山形	10月13日(土) 時間未定 徳島ヴォルティス