



2025 ヴァンフォーレ

わくわく運動健康教室のお知らせ

ヴァンフォーレでは、甲州市教育委員会と共同して、55歳以上のシニア世代を対象に、無理なく楽しい身体づくりをすることを目的とした運動健康教室を開催しています。ヴァンフォーレアカデミーコーチによるフィットネス運動やボールを使った脳トレの要素を取り入れた運動などで楽しいひとときを過ごしましょう。

主 催 一般社団法人 ヴァンフォーレスポーツクラブ
公益社団法人 日本プロサッカーリーグ

共 催 甲州市教育委員会

日 時 10月 **10**日・**17**日・**24**日

11月 **7**日・**14**日・**21**日・**28**日

12月 **5**日・**12**日・**19**日

※全10回 いずれも金曜日、午前10時～11時30分

会 場 塩山ふれあい館（甲州市塩山小屋敷1810番地）

対 象 者 甲州市在住の55歳以上の方
※興味のある方は、年齢制限に関わらず申し込み可能です。

内 容 ヴァンフォーレアカデミーコーチによる姿勢矯正トレーニング・ボール運動

指 導 者 ヴァンフォーレアカデミーコーチ

申込期間 令和7年9月9日（火）～9月30日（火）
及び方法 月曜日、祝日の翌日を除く
午前9時から午後5時まで電話で受付
※定員になり次第、受付終了とさせていただきます。

申 込 先 甲州市教育委員会 生涯学習課 スポーツ振興担当
電話 **0553-32-5098**

募集人員 40名（先着順）

持 ち 物 飲み物、タオル、体育館履き

参 加 料 1回500円（保険料・測定代）
※当日徴収・返金はできません

そ の 他 参加された方には、参加賞が付きます。



どんどん
申し込んでね！

「健幸ポイントこうしゅう」
の対象です