

地域密着型プロロードレースチーム
宇都宮ブリッツェン
と楽しむ!

「もっとも身近なスポーツ、自転車で楽しく運動しませんか?」 いきいき健康自転車教室



日時

令和6年 **1月25日(木)** 10:00~12:00
9:30受付開始

場所

大谷コネクト 宇都宮市大谷町1271番地2
※裏面地図参照

内容

- ① ストレッチ運動で、頭と体をほぐそう!
 - ② 自転車に乗るために必要なトレーニングをしよう!
 - ③ ブリッツェンの選手とサイクリング!
- ※雨天時は室内トレーニングとなります。

参加特典

ブリッツェンマフラータオル (非売品)

対象 / 宇都宮市在住の65歳以上の方で、運動に支障のない方。

定員 / 30名(先着順)

費用 / 無料(参加者は傷害保険に加入します)

持ち物等 / 普段使用している自転車、ヘルメット、運動しやすい服装、汗拭き用タオル、飲み物など
※自転車・ヘルメットはレンタルできます。詳しくは裏面をご覧ください。

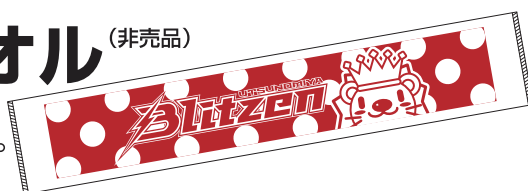
受付期間 / 令和6年1月4日(木)~令和6年1月22日(月)

お申し込み / 裏面申込用紙記入の上、FAXでお申し込みください。FAX番号 **028-611-3996**
FAXがない場合は、直接お電話でお申し込みください。

応募専用電話 : **028-611-3993** (平日10時~17時)

お問い合わせ /

サイクルスポーツマネージメント株式会社 ☎028-611-3993 宇都宮市高齢福祉課 ☎028-632-2358



令和6年1月25日(木)開催

「いきいき健康自転車教室」参加申込書

ふりがな お名前			
性別	男・女	身長	cm
生年月日	大正・昭和	年 月 日	生まれ(歳)
ご住所	〒 宇都宮市		
電話番号			携帯電話番号
自転車・ヘルメットの 持ち込みの有無	自転車	有・無(レンタル希望)	
	ヘルメット	有・無(レンタル希望)	

サイクルスポーツマネジメント株式会社 (宇都宮ブリッツェン運営会社)

FAX.028-611-3996

