



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

令和元年度 宇都宮市介護予防事業 (宇都宮市高齢者等地域活動支援ポイント対象事業)

日時

令和元年

11月26日(火) 10:00~12:00
9:30受付開始

場所

宇都宮市河内農業構造改善センター 宇都宮市上田原町249
※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をしよう!

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 / 運動しやすい服装、汗拭き用タオル、室内履き、飲み物など

受付期間 / 令和元年11月5日(火)~11月22日(金)

お申し込み / 裏面申込用紙記入の上、FAXでお申込みください。

※FAXがない場合は、下記のお問い合わせ先までご連絡ください。

お問い合わせ /

(宇都宮ブリッツェン運営会社)

サイクルスポーツマネジメント株式会社 ☎028-611-3993

宇都宮市高齢福祉課 ☎028-632-2358

「いきいき健康自転車教室」参加申込書

令和元年11月26日(火)開催

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(固定)			
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ージメント株式会社 (宇都宮ブリッツェン運営会社)

FAX.028-611-3996

