



令和5年度総合型SCフェスタ

運動不足のママ必見！ 「託児付ピラティス体験教室」

★託児所完備

お子様連れの方も安心して楽しめます

★運動・スポーツ未実施者(女性)対象

無理のない運動で心も体もリラックスできます

開催日

令和5年10月
6日,13日,20日,27日

会場

アオキシントックもおか武道館
真岡市田町1330

参加費用

1回¥100(全4回計¥400)
(保険・託児代金無料)

持ち物

タオル、飲物、運動しやすい服装
ピラティスマットorヨガマット
(マットの無料貸出しあります！)

※受付9:30 教室10:00～11:00 託児9:30～11:30

※本教室開催の前後に、運動・スポーツとの関わりや考えに
係るアンケート調査を実施いたします。

※4回すべてに参加できる方を募集しています。

※参加募集定員先着20名！

※詳細とお申し込みは、右記の二次元バーコードから



主催
とちぎスポーツフェスタ実行委員会 栃木県 真岡市
栃木県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会芳賀地区協議会
真岡市総合型地域スポーツクラブ「もおかスポーツクラブ」

お問合せ
栃木県生活文化スポーツ部スポーツ振興課
総合型SCフェスタ ピラティス体験教室係
☎028-623-3416