

健康も結婚も 令和元年から

健コン

参加費 ¥800

令和時代、健康的な家庭が求められています。

身体づくりをしながら、生涯のパートナーも探してみませんか？

4回コース

日時

11月 1日・8日・15日・22日

いずれも金曜日 19:30～20:50
(受付 19:00～)

会場

サンウェルぬまづ
15日のみ保健センター

沼津市健康づくり課

TEL 055-951-3480

(沼津市保健センター)

e-mail kenkou@city.numazu.lg.jp



対象： 沼津市内在住・在勤の20～49歳の独身男女

定員： 男女各15名

1

11月1日(金)

体組成測定

ラウンドトレーニング

自己紹介も兼ねて
交流しながら運動実践！
盛り上がること間違いなし

交流タイム

3

11月15日(金)

※時間と場所が
異なります

モテるお料理教室

時間：19時開始
会場：保健センター

グループで楽しく、
美味しい料理で
会話が弾む♪

2

11月8日(金)

ミニセミナー

ラダーエクササイズ

4

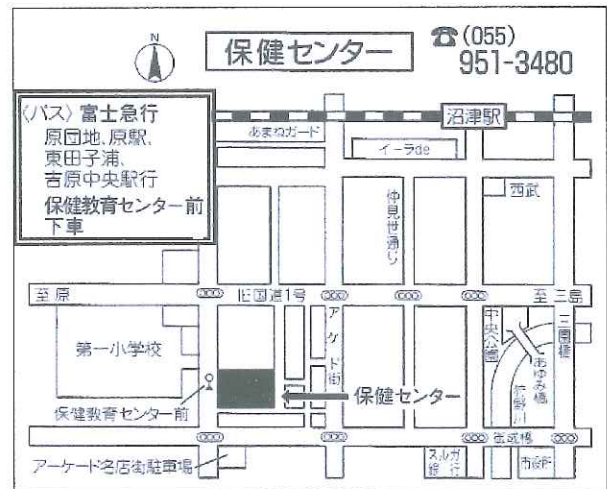
11月22日(金)

交流タイム

シェイプポクシング



11/1・8・22 サンウェルぬまづ
(沼津市日の出町1-15)



11/15のみ 沼津市保健センター
(沼津市八幡町97)

申込方法： メールにて、下記内容を入力してください。

件名 【健コン申込み】

内容 ・氏名 ・生年月日 ・電話番号
・郵便番号、住所 ・会場までの交通手段

申込期限
10月18日(金)
必着

※お申込み後、1週間以内に返信がない場合はお問い合わせください。

申込多数の場合は抽選となります。