

ハッピーシニアプロジェクト

“引退ゼロ宣言！”

～健康な身体で『めざせ100歳』～



2024/10/9(水) 10時集合!!

主催: 清水エスパルス

協力: 富士リハビリテーション大学校

後援: 富士市

雨天時も安心&安全!!



全天候型/夜間照明付
観戦エリア併設



駐車場、約50台完備



36m×17mフットサルコート2面
ロングパイル人工芝 (住友ハイブリットターフ)

エスパルスでは、地域のシニアの皆さんが、楽しい毎を送るための健康づくり「ハッピーシニアプロジェクト」を開催します。ボールを使った簡単な運動で、いきいきとした生活を送りましょう。

【日 時】 2024年10月9日(水) 受付 10時/10時30分～11時30分

【場 所】 エスパルスドリームフィールド富士(SDF富士)
〒419-0202 静岡県富士市久沢237番地3



【対 象】 60歳以上

【人 数】 25名程度

【参加費】 ☆無料☆

【服 装】 運動が出来る服装/靴、タオル、飲料等

【内 容】 脳トレ、お手玉、ストレッチ、ウォーキングフットボール

【その他】 全天候型施設、駐車場あり、イベント保険加入



感染対策を徹底して実施いたしますが、新型コロナウイルスの影響の感染状況によって内容が変更あるいは中止になる場合もあります。また当日のご本人様の体調を確認させていただいたうえで、ご参加いただけない場合もございます。



申 込 先：
エスパルス
教育事業部

電話↓ 又は 申込フォーム→

TEL:090-9949-7081

受付時間 平日9時～18時

