

e-スポーツ

3月体験会のお知らせ



太鼓の達人
テニス、ボーリング、ゴルフ
バトミントン、バレーボール
チャンバラ、サッカー
以上の体験ができます

現状シニア世代では運動実施率が減少しています。この状態が続くと「フレイル」状態に陥る懸念があります。

シニア世代にはなじみが薄いのですが、実際のスポーツより軽度な運動となるe-スポーツを行うことにより「フレイル予防効果」や「心理機能」への変化が期待できます。**e-スポーツを楽しく体験してみませんか？**

場所 サンシティホール1階多目的室兼調理室

開催日時

3月 5日(水曜)	13時～14時
3月13日(木曜)	13時～14時
3月21日(金曜)	13時～14時
3月24日(月曜)	15時～16時

費用 無料

当日直接,サンシティホール 1階多目的室兼調理室へ直接お越しください

問い合わせ

〒664-0023 伊丹市中野西1-148-1
伊丹市立サンシティホール

担当 藤松又は清水

電話 783-2350

E-mail sunhall@bca.bai.ne.jp