

# 「初心者女子フットサル練習会」

かわぐち学びの里大学では、初心者の女性を対象とした「女子フットサル練習会」を開催します。日ごろの運動不足解消、ストレス発散に是非ご参加ください。

## 日 程

【1回目】	11月 5日（土）	19：30～21：30
【2回目】	11月12日（土）	19：30～21：30
【3回目】	11月19日（土）	19：30～21：30
【4回目】	11月26日（土）	19：30～21：30

## 場 所

長岡市立川口中学校体育館（長岡市西川口 951）

## 内 容

簡単な練習及び試合形式



## 対 象

10代から50代までの女性

※男性は初心者の方のみ参加可、また、プレーに制限を設ける場合があります。

## 参加費

無料

## 申込先

表題を「フットサル参加申込」とし、「住所、氏名、年齢、性別、携帯番号、参加を希望する回」を入力のうち、開催日の前日正午までに以下のアドレスまでメール送信してください。

メールアドレス：[kwg-chiiki@city.nagaoka.lg.jp](mailto:kwg-chiiki@city.nagaoka.lg.jp)

または、電話（89-3111）での申込も可能です。

※各回先着20名まで受け付けます。

※開催日前日正午の時点で申込人数が少ない場合は、中止させていただく場合があります。

## 持ち物

内履き（フットサル用シューズ推奨）、タオル、運動できる服装、飲み物など

## その他

プレー中の怪我については主催者は責任を負いません。

問合せ

長岡市川口支所地域振興課教育支援係

TEL：0258-89-3111 FAX：0258-89-2110

メール：[kwg-chiiki@city.nagaoka.lg.jp](mailto:kwg-chiiki@city.nagaoka.lg.jp)