

「千歳ゴルフ教室」

会場 千歳ゴルフセンター
(世田谷区千歳台1-32-6)

日程 1月7日～3月10日(1月21日、2月11日を除く)
毎週火曜日【全8回】
14:00～15:30

定員 先着10名

参加費 20,700円(会場使用料、ボール代、保険料込み)

対象 18歳以上

平日・午後から健康志向！



申込 右記QRコードよりお申し込みください。

内容 [座学] ゴルフのルールやマナー、用具などの基礎知識など
[実践] 正しいスイングの仕方から、さまざまなショットの打ち方、ホールを想定してのシュミレーション練習など

～ゴルフを始めよう～

女性の方大歓迎!!

- レッスンプロが丁寧にわかりやすくレベルにあった指導を行います。
- 初心者・初級者の方向けの教室なので、お気軽にご参加いただけます。

～ゴルフで認知症予防～

高齢の方大歓迎!!

- 認知機能低下の予防には、有酸素運動・運動しながら頭を使うデュアルタスクが効果的とされ、ゴルフはまさにその要素が組み込まれたスポーツです。
- ※ウィズ・エイジングゴルフ協議会

主催：公益財団法人 世田谷区スポーツ振興財団

主管：千歳ゴルフセンター



お問い合わせ：管理課事業係
Tel. 03-3417-2811 Fax. 03-3417-2813



公益財団法人
世田谷区スポーツ振興財団
Setagaya Sports Promotion Foundation