

2021年度

# インターバル速歩 クラブ 新規会員 募集

10歳若返る！  
インターバル速歩とは

写真撮って、見てね！



対象	安曇野市、朝日村、塩尻市、山形村にお住まいの方 自立歩行が可能な方
募集期間	2021年3月1日(月)～3月26日(金)
会費	19,900円/年(インターバル速歩をサポートする活動計を貸与します)
期間	2021年4月～2022年3月(日程の詳細はお問合せください)
内容	① 体力測定・血液検査 年2回 ② インターバル速歩指導&合同トレーニング 月1回 ③ 各種イベント (有料イベントもあります) ④ 年間運動量、体力測定結果等の運動評価

申込方法 JTRC事務局にお問合せ下さい。

**お電話でのお問合せ** 0263-37-2697(平日9:00-16:00)

ご住所・お電話番号・氏名をお伝えください。

**メールでのお問合せ** [jtrc@shinshu-u.ac.jp](mailto:jtrc@shinshu-u.ac.jp)

「インターバル速歩クラブ入会希望」と明記のうえ

ご住所・お電話番号・氏名をお伝えください。

**申込用紙一式を送付させていただきます。**

NPO法人熟年体育大学リサーチセンター(JTRC)  
〒390-8621 松本市旭3-1-1

