

カラオケ会開催のご案内

皆さん、毎日体にいいことしていますか。健康維持のために毎日適度な運動をしている会員の方も多いことでしょう。カラオケも程よい運動効果があり1曲歌えば7~8kcalのエネルギーを消化し、心身のストレス発散に効果があるといわれています。



【引用:第一興商「健康カラオケ」 <https://www.dkkaoko.co.jp/kenkokaraoke/>】

今年も寿会東京のカラオケ愛好会と共催で開催します。健康維持・増進のために多くの皆様のご参加をお待ちしています。ご家族、パートナーと一緒にの参加も大歓迎です。

— 記 —

日 時：2024年8月1日（木）12:20受付開始 12:30開始、16:30終了予定

場 所：コートダジュール銀座店（銀座同和ビル 地下1階/下の地図参照）

中央区銀座7-2-22 電話：03-6253-7588

内 容：① 12:30 開会 シニアクラブ活動の一端を紹介（会場のモニターを利用）

② 13:00 部屋分け、カラオケ開始

参加費：3,500円 飲食あり【パートナーと参加の場合2人で 6,000円】

人 員：定員制限なし。多い場合は部屋を分けます。部屋の相互往来は自由です。

申込み：シニアクラブ 田代 090-6147-0946 まで

メールの場合は shu.wga@ac.auone-net.jp 田代宛

☆☆☆ 申込み締切 7月26日（金）

以降の連絡は 事務局長 田代まで

【会場への道順】右の地図を参照。写真は会場入り口看板。新橋方面から歩いてくると見え難いので時々後ろを振り返って確認してください。

