

「身体が健康であるとともに、幸せな気持ちで、華やかに齢を重ねる」

健

幸

華

齢

のためのスマートエクササイズ講習会

と き：2020年2月11日（祝・火） 13：00-16：30

（受付 12：30ー）

ところ：ピュアリティまきび「橘」

参加費：無料！！

—内容—

前半（13：00-14：30）

【講義】・健幸華齢とスマートエクササイズ総論
・運動の支援・継続への導き

後半（14：45-16：30）

【実技】・スマートエクササイズの運動体験

【総合討論】

—講師—

健幸華齢のためのスマートライフ

プロジェクト研究班員

大月直美氏（株式会社 THF）

小澤多賀子氏（茨城県立健康フラザ）

身体機能をバランス良く整えるスマートエクササイズを学んで
地域・現場で活かしましょう♪

—対象者—

運動を通じた健康づくり・介護予防に関する指導者など
市町村行政関係者 総合型地域スポーツクラス関係者
スポーツ推進委員関係者 その他講習会に関心のある方

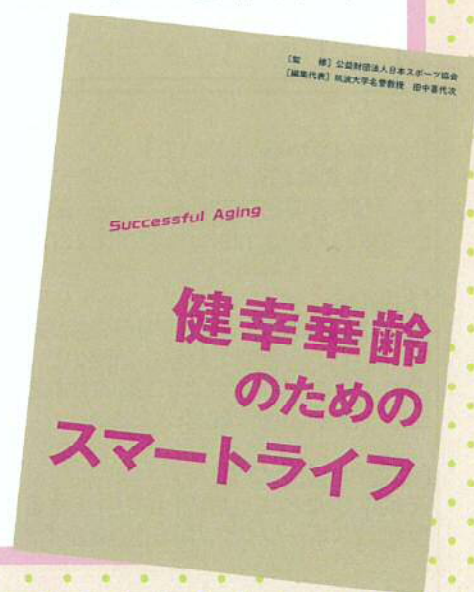
—申込方法—

裏面申込用紙に必要事項を記入し申込（FAX・メールなど）

*お電話での申込は受け付けておりません。ご了承ください。

—申込締切—

2020年2月3日（月）



主催 岡山県・総合型地域スポーツクラブ岡山協議会

協力 公益財団法人岡山県スポーツ協会

問合せ・申込先

総合型地域スポーツクラブ岡山協議会 担当：西田
TEL: 086-256-7101 (岡山県スポーツ協会)

↑ FAX 086-256-7105 ↑

「健幸華齡のためのスマートエクササイズ講習会」

FAX申込用紙

申込締切：2020年2月3日（月）

会場：ピュアリティまきび 時間：13：00～16：30（受付：12：30～）

【記入者欄】		*個人申込の場合は、団体名の記入は不要です。	
団体名		連絡先	TEL
記入者名			FAX

【申込記入欄】			
NO.	氏名（ふりがな）	役職	備考
1			
2			
3			
4			
5			

【E-mailでの申込について】

Excel様式は総合型地域スポーツクラブ岡山協議会HPに掲載しています。記載事項と同内容をメールに記載してお申し込みも受付しております。
E-mail:kayo_nishida@okayama-taikyo.or.jp

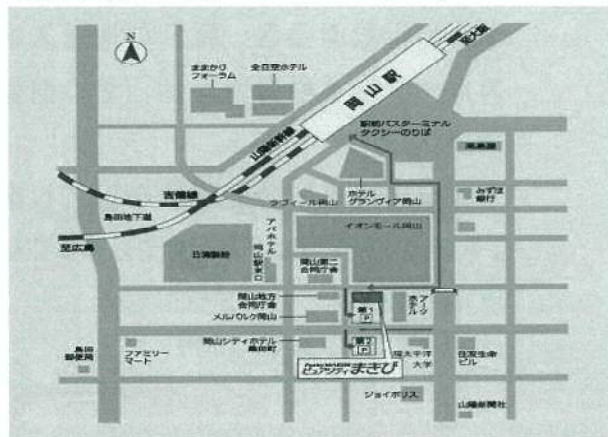
【お願い】

○会場駐車場には数に限りがございます。なるべく乗り合わせ、または、公共交通機関でお越しください。
○お申込み後に本会よりご案内文などの発送は予定しておりません。当日、直接会場にお越しください。

【開催中止について】

天候不順などにより講習会を中止する場合は、当日、朝10時に総合型地域スポーツクラブ岡山協議会ホームページに掲載します。

会場：ピュアリティまきび
岡山市北区下石井2-6-41 TEL(086)232-0511



問合せ先 総合型地域SC岡山協議会(公益財団法人岡山県スポーツ協会内)TEL:086-256-7101 (担当:西田)

※お申込に関する個人情報は、本事業に関する業務以外には、使用いたしません。