

スマイルウエルネスカレッジ 開講!

主催 NPO 法人 **スマイルクラブ** 後援 我孫子市

●NPO 法人スマイルクラブでは、アクティブシニアの方の学習意欲と健康ライフを応援する『スマイルウエルネスカレッジ』を開講いたします。『スマイルウエルネスカレッジ』では、大学の先生やスポーツ選手など健康・スポーツ分野にて第一線で活躍している方々を講師に迎え、健康に特化した講義と運動(スポーツ)実習および仲間づくりを通じ、いきいきとした生活を応援します! 久しぶりに学生になってみませんか?

とき

2013年9月～2013年12月
 毎回金曜日(月2回 全9回)
 9:30～ (受付・健康測定)
 10:00～12:00 (講義・実技)



ところ

けやきプラザ7階研修室 他
 (我孫子市内施設を使用予定)



内容等

- ◆講義
 筋肉の老化防止や認知症予防について
 専用テキストで学びます!
- ◆実技講習
 ウォーキング・スクエアステップ 等
- ◆受講料 15,000 円(税込・受講当日支払)

～公益財団法人ちば県民保健予防財団助成事業～

※お電話・メールでのお申込みか下記申込み事項をご記入の上 FAX して下さい。
 定員(先着 30 名)になり次第締め切らせて頂きます。(連絡先は裏面にあります)

※スマイルクラブでは健康体操教室『スマフィット』もおこなっています。

詳しくはウェブ(<http://smile-club-npo.jp/>)をご覧ください。

.....キ...リ...ト...リ...セ...ン.....

～スマイルウエルネスカレッジ受講希望申込書～

| 氏名 | 年齢 | 住所 | 電話番号 |
|----|----|----|------|
| | | | |
| | | | |

この申し込みの情報は講習会以外で使用することはございません。また情報は慎重に管理いたします。