

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 柏市教育委員会

●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! 久しぶりに学生気分を味わいませんか?

とき

2013年9月～2013年12月

毎回金曜日(月2回 全9回)

13:00～ (受付・健康測定)

13:30～15:30 (講義・実技)



ところ

柏市中央体育館 2階会議室 ほか
(柏市内の施設を使用予定)



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。