

健康体操 講習会（専門科目3）

この講習会では、準備運動・筋トレ・リラックス法などを含めた健康体操の運動指導方法を学ぶことができます。
少しでもご興味があればぜひお申込みください！

1月31日（土）

時間：午前10時～午後4時

会場

葛飾区奥戸総合スポーツ
センター体育館 小体育室

持ち物

ヨガマットorバスタオル・室内シューズ・スポーツタオル
・飲料・筆記用具

定員

25人（多数抽選）

費用

1,000円（保険料込）

講師

山田多佳子（棒びくす®教育トレーナー・健康運動指導士・他）
井碓宏子（棒びくす®テクニカルトレーナー・健康運動指導士・他）

葛飾区内在住、在勤
又は在学の18歳以上の方
がお申し込み
いただけます！

お申し込みについて

申込期限は令和8年1月12日（月・祝）必着！

次のいずれかでお申込みください。

(1) 右記二次元コードを読み取り、オンライン申請で申込み

(2) 裏面の申込用紙を記入し下記まで申込み



▲お申込みはこちら！

-主催- 葛飾区教育委員会

☆申込み・問い合わせ先☆

〒124-0022 葛飾区奥戸7-17-1 葛飾区教育委員会生涯スポーツ課

「スポーツ指導員養成講習会（健康体操）」係あて

TEL 03（3691）7111

FAX 03（5698）1752