

鹿屋体育大学・かごしま県民大学連携講座 「健康づくり・介護予防講座 歩く脳トレ運動～スクエアステップ～」

日時：2019年10月11日、18日、25日(金)

14:00～16:00 全3回

会場：かごしま県民交流センター(鹿児島市山下町14-50)

講師：中垣内 真樹(鹿屋体育大学教授)

定員：先着30名(事前申込制)

参加費：無料(保険料60円 当日払い)

申込方法：本学HPをご確認ください

鹿屋体育大学 公開講座

検索



国立大学法人

鹿屋体育大学



脳を活性化させる新たな健康づくり・介護予防のためのエクササイズである「スクエアステップ」について体験します。マス目のあるマット上を歩く運動(中高齢者向け)ですので、体力に自信のない方でも大丈夫です。



<お問い合わせ先>

鹿屋体育大学 総務課広報係

[住所] 〒891-2393 鹿児島県鹿屋市白水町1番地

[TEL] 0994-46-4819

裏面 申込書

FAX番号 0994-46-2831

受講申込書

令和元年度鹿屋体育大学・かごしま県民大学連携講座
「健康づくり・介護予防講座
歩く脳トレ運動～スクエアステップ～」

ふりがな 氏名		性別	男・女
生年月日		職業 学校等	
住所	〒		
電話番号			
メールアドレス (お持ちの方のみ)			

※電子メールでお申込みの場合は、講座名及び上記の事項をメール本文に直接記入のうえ送信してください。（送信先：kouhou@nifs-k.ac.jp）

※ご記入いただいた個人情報は、公開講座以外の目的には使用いたしません。