



平成28年 3月・4月・5月 ロコモビ体操

あなたの健康デザイン教室のご案内

たのしく!

らくらく!

の～びのび!

健康って いいねエ～

50歳を過ぎると7割以上の人に可能性



家の中でつまずく、滑る



階段は手すりがないと上れない



片脚立ちで靴下が履けない



予防を楽しくやろう!!

お知らせ：教室名を一部変更しました。また「移動教室」のご案内は、別紙ごあんない。

【教室スケジュール】

お気軽に体験して下さい

運動内容は、開催日により異なります

教室会場	開催日程	曜日時間	担当	運動内容
141ビル 仙台 三越定禅寺通り館5階 『エル・パーク仙台』 和室、フィット社、	3/2、9、23、 4/6、20、27、 5/18、25、	毎水曜日 13:20 ～14:40	石川 太田	●長持ちする身体をつくる運動 ●モビバン姿勢若返り体操 ●ヨガ、リズムに合わせた有酸素運動、ダイエット運動 運動を持続して元気を楽しもう! 正しく 楽しく ウォーキング!
『移動教室』別紙ご案内	4/13、5/11、	各水曜日	大水	

参加費:事前申込:受講券9回纏め購入 12,000円、お申込は裏面にて願います。(1回当り1500円、有効期限無) 用意する物:動きやすい服装、お飲み物

予約受付時間：AM10:00～PM16:00 (月～金)

●お申し込み先 連絡先：080-8201-7278

安藤まで FAX：022-723-6620

ホームページからもお申込みいただけます!

検索は「健康デザイン研究所 仙台」で!

一般社団法人

健康デザイン研究所 教室事務局

E-mail: [kenko-design@kdlabo.or.jp](mailto:kenko-design@kdlabo.or.jp)

HP: <http://kdlabo.or.jp>

## ◆ お申込・手続きのごあんない ◆

ロコモビ体操「健康デザイン教室」にお申込みありがとうございます。

今まで、教室を利用された方を「準会員」として、ご案内させて頂いております。

又 初めてのの方は、受講前に参加申し込みの連絡をお願いいたします。

### ◆参加費について ◇チケット購入のお知らせ◇

- ・3ヶ月単位で9回開催、事前申込、一括前払い、1回あたり1500円です。
- ・教室の受講券をご購入頂きます [受講券の有効期限はありません]
- ・一括纏め購入 12,000 円。(9 回分 13,500 円1回分サービス)
- ・途中参加者：購入枚数は3枚ずつのお求めです。
- ・参加費支払は、事前に下記宛に振込みをお願い致します。

### ◆お申込連絡先、振込先（お申込は、電話でも受付いたします）

一般社団法人 健康デザイン研究所 〒981-8001 仙台市泉区南光台東 2-24-21 連絡先:080-8201-7278 FAX:022-723-6620 E-mail: <a href="mailto:kenko-design@kdlabo.or.jp">kenko-design@kdlabo.or.jp</a> HP: <a href="http://kdlabo.or.jp">http://kdlabo.or.jp</a>	お振込先 名前： 一般社団法人 健康デザイン研究所 郵便振替払込 記号 18190 番号 6552121 七十七銀行仙台東口支店 店番 278（普） 5634652
--	---

お知らせ：教室名を一部変更しました、移動教室「だて元気塾」は、別途あんない

## ——— 申 込 書 ———

お手数ですが、下記に必要事項をご記入のうえ、このまま FAX か郵便で送付してください。（郵送の場合コピーを手元に保管してください）

教室受講

**FAX 022-723-6620**

住所	〒 _____
ふりがな お名前	
連絡先	電話 _____ ケータイ _____
FAX 番号	_____
メールアドレス	パソコン _____ ケータイ _____

知り得た個人情報、当法人の事業に係る各種案内など以外には利用致しません。