



7・8・9月 ロコモビ健康体操教室ご案内

健康って いいねエ～

たのしく！

らくらく！

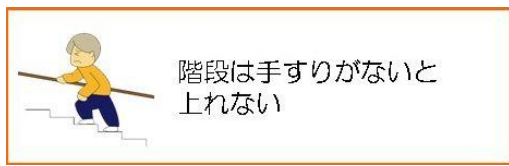
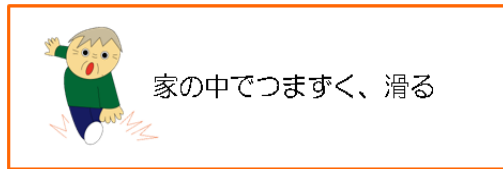
の～びのび！

### ロコモティブシンドローム(運動器症候群)

骨や関節、筋肉、動きの信号を伝える神経などが衰えて「立つ」「歩く」と言った動作が困難になってしまうこと、または、そのリスクが高い状態のことです。略して「ロコモ」と言います。

50歳を過ぎると7割以上の人に可能性が！！

予防を楽しくやろう！



### 【教室スケジュール】 9/2 を追加

持ち物：動きやすい服装、お飲み物

教室会場	日程	曜日時間	単等	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、フィットネス、アトリエ	7/8、15、22 8/5、19、26	毎水曜日 13:20	石川	●長持ちする身体をつくる運動  『元気を楽しもう！』
	9/2、9、16、30	～ 14:40	太田	

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回当たり 1500円、有効期限無)

予約受付時間：AM10:00～PM16:00 (月～金)

●お申し込み先 連絡先：080-8201-7278

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>

# ◇お申し込み手続きのごあんない◇

## ◇チケット購入のお知らせ◇

「ロコモビ健康体操教室」にお申し込みいただきありがとうございます。

この度、教室を利用された方を「会員」として、ご案内させて頂いております。

又 初めの方、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

- ・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回分サービスです)
- ・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：「だて元気塾」は、別途ごあんない

キ リ ト リ

お手数ですが、下に必要事項をご記入のうえ、FAX か郵便でお送りください

教室受講 「お申込書」 **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 _____

知り得た個人情報は、当法人の事業に関する各種案内など以外には利用致しません。