



健康って いいねエ〜 平成28年 4・5・6月  
 ロコモ体操 健康デザイン教室のご案内

たのしく!

らくらく!

の〜びのび!

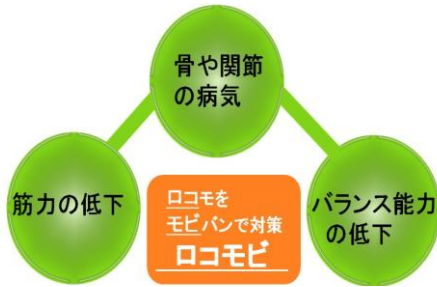
これからの健康づくりを考えているあなたへ!

いつまでも若々しく居られる為に!

みんなで 楽しく・元気に運動しよう! そして自分に合った運動を見つけよう!

一緒に「健康づくり」をしませんか?

“気になる 50歳を過ぎると7割以上の人に可能性が”



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



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

【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、フィットネ、	4/6、20、27、 5/18、25、 6/1、8、22、29、	毎水曜日 13:20 ~14:40	石川 太田	何歳からでも効く体操! ●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、ゆがみ、ストレッチ、リズムに合わせた有酸素運動、 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回当たり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 ◇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。