

参加  
無料

# いきいき 運動教室



日程： 令和6年 7月 9日（火）16日（火）  
22日（月）23日（火）  
29日（月）30日（火）の6日間

時間： 11:00～12:15

場所： 常葉大学浜松キャンパス トコハアリーナ

定員： 20名（先着順）

持ち物： 動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物

○参加条件： 医師から運動を制限されていない方

※参加費として傷害保険代（550円程度）を初回に徴収させていただきます。

※お車でお越しの場合は学生駐車場（無料）をご利用下さい。



この運動教室では、健康運動指導士の資格取得をめざす学生が、地域の皆様の健康をチェック！  
参加された方に対して、初回に体力測定を実施し、個々にあった運動プログラムを作成し、ストレッチング、筋力トレーニングなどの指導を行います。

(※学生の指導には、健康運動指導士の資格を持った教員があたります。)

申し込み：2次元バーコードまたは下記申込書に必要事項を記入の上、  
FAX（053-428-2900）でお送りください。

問い合わせ：常葉大学健康プロデュース学部心身マネジメント学科  
井口研究室 053-428-7738 または 浜松地域貢献課 053-428-3532



申 込 書			
フリガナ 氏 名	男 女	年 齢	才
連絡先 電話番号		FAX 番号	
住 所			