

# スロ〜エアロビック

主催：公益社団法人日本エアロビック連盟  
 管：群馬県エアロビック連盟  
 後援：群馬県 公益財団法人群馬県スポーツ協会  
 群馬県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会

## 指導員養成研修会

日本エアロビック連盟は高齢社会の貢献活動として、健康寿命を伸ばす軽運動の「スロ〜エアロビック」を提唱しています。本研修会ではスロ〜エアロビックの基本とそれを活用したプログラムをご紹介します。気分を生き生きとリフレッシュすると同時にしなやかなカラダを目指す中高齢者の健康づくりに役立つ研修会です。

平成28年

10月15日(土)

ALSOKぐんま総合スポーツセンター  
サブアリーナ

〒371-0047 前橋市関根町800番地 TEL : 027-234-5555(代表)



### 講師紹介

稲村恵美子(JAF認定指導専門委員)  
 群馬県エアロビック連盟(公認エアロビック指導員)

### 参加料

無料

### お申し込み方法

お申し込み書に必要事項をご記入の上、  
 FAXにてお申込下さい。

お申し込み先 FAX:0278-23-6881(須田)  
 平成28年9月5日(木)より受付開始

### 研修会スケジュール

エアロビック指導者 / 健康運動指導者 /  
 レクリエーションリーダー /  
 その他健康福祉団体等に就いている方

### お問合せ

群馬県エアロビック連盟  
 担当:横坂 携帯:090-9107-3438

### 研修会スケジュール

13:15 受付  
 13:30~15:00 スロ〜エアロビックの基本と  
 応用プログラム  
 15:00~16:30 誰にでも楽しめる  
 健康増進プログラムの実際

## お申込書 FAX:0278-23-6881(須田)

お名前				性別	男・女	年齢
ご住所	〒					
ご職業						
電話・FAX	電話		FAX			