

スロ-エアロビック

S L O W A E R O B I C

特別協賛：スズキ株式会社

主催：神奈川県エアロビック連盟

全日程
無料

スロ-エアロビックは、ゆったりとしたテンポでソフトに動く軽運動です。

メタボ・ロコモ・認知症予防や未病にも効果が期待できます。
また脳を活性化することが科学的に立証されています。

年齢を重ねても元気で若々しく過ごすために！ さあ、始めてみませんか？

教室日程	曜日	時間	対象	締切日
5月23日・30日 6月6日・27日 (全4回)	月	9:00~9:45	45歳以上	5月20日

※参加申込締切り後、ご本人宛にご連絡いたします。



☆ スロ-エアロビック指導者 武内麻美

プロフィール

東京学芸大学講師、玉川大学講師

湘南茅ヶ崎エアロビックジムナスティックスクラブ ヘッドコーチ

神奈川県エアロビック連盟 理事 指導専門委員

会 場：ウチダダンススタジオ湘南（〒251-0052 神奈川県藤沢市藤沢115）

○アクセス：JR線・藤沢駅北口徒歩1分 藤沢市役所 新館入口前 FTビル藤沢3F

URL：<http://www.shonan-dance.jp/>

【申込方法】 ハガキ・FAX・E-mailのいずれかで〒・住所・氏名・年齢・性別・電話番号
・スロ-エアロビック教室名を明記し、お申込みください。

【申込・問い合わせ】 〒252-1121 神奈川県綾瀬市小園622 平野方

神奈川県エアロビック連盟 教室 係

TEL・FAX 0467-77-3708 E-mail：kaf-event@kir.jp

..... 切り取り

★スロ-エアロビック教室申込書

FAX 0467-77-3708

ふりがな 氏 名		男・女	年齢	才
住 所	〒	電 話	()	
		F A X	()	

※ 個人情報の取り扱いについては、当教室での使用といたします。