

# 健康ステップ運動

～ 転倒予防ステップ運動～

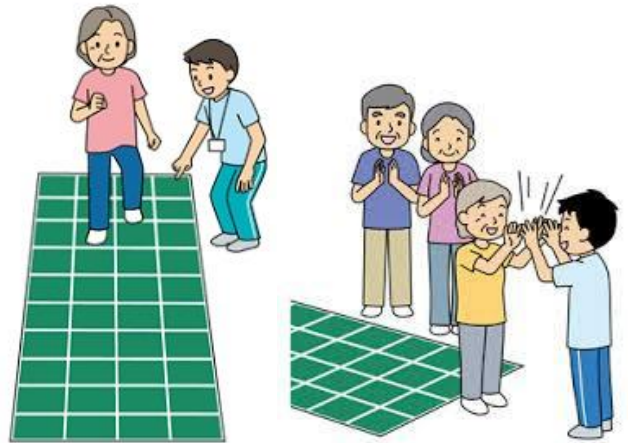
この運動は国立大学の先生方による研究で誕生しました。

高齢者の転倒予防・認知機能向上・体力づくりを目的としています。

- 会場 サンライフ久留米 軽運動室
- 日時 4月～翌年3月までの**1年間(全35回)**  
**水曜日(月3回程度) 9:45～10:45**
- 講師 田邊 浩司 先生(健康運動指導士・SSE認定指導員)
- 対象 一般の方(18歳以上、高校生不可)
- 受講料 **16,000円**
- 定員 20名
- 申込方法 教室名、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号をご記入の上  
ハガキ、ファックス又はE-mailでお申込みください。  
電話又は窓口でもお申込みできます。



- 申込先 サンライフ久留米  
(問合せ) 〒830-0037  
久留米市諏訪野町2363-9  
TEL (0942)33-4425  
FAX (0942)33-4431  
E-mail sunlife@onyx.ocn.ne.jp



## 申込締切 2月28日(木) [当日必着]

※複数講座のお申込みが可能ですが、当選された講座は全てご受講ください。

※応募者多数の場合は抽選となります。

※抽選の結果は、申込締切後10日以内におハガキでご連絡いたします。

※定員に満たない場合は開講しない場合もあります。

※開催日と時間をご確認の上、お申込みください。

※お車でお越しの際は駐車料金が必要です。1回200円(3時間未満)

ホームページ

サンライフ久留米

で検索してください。

