

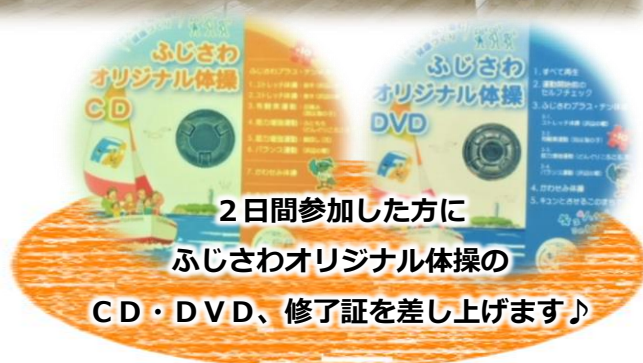
グループ活動を円滑に行うための秘訣とふじさわオリジナル体操をしっかりと学ぶ **2日間コース**

# ふじさわ オリジナル体操 リーダー 講習会



## ■ 内容 ■

- 【講話】 身体活動と健康効果  
グループ活動の秘訣と合言葉 他
- 【実技】 プラス・テン体操 かわせみ体操



2024年

# 12/3・12/10(火)

# 14:00~15:30

## 湘南台公民館

### ホール



会場のご案内



藤沢市保健医療財団  
イメージキャラクター  
「サボ犬」



かわせみ体操イメージ  
キャラクター  
「かわせみくん」

## 申し込み開始日

### 2024年11月6日 (水)

持ち物：飲み物、筆記用具、室内靴

対象：市内在住・在勤・在学の方20人

※会場へは公共交通機関をご利用ください

【参加者アンケートより】

- ・初めて参加しましたが、楽しく運動ができました。これからの活動に役立ちそうです
- ・体操の声かけなど注意点がわかりました。



■お申し込み■ 公益財団法人 藤沢市保健医療財団 **保健事業課** 電話：0466-88-7311

FAX：0466-86-6065 (FAXの場合は氏名・電話番号を記入してください) 〒251-0861 藤沢市大庭5 5 2 7 - 1 藤沢市保健医療センター3階