

フィットネスダンスフェスティバル in 関ヶ原

12月5日(土)

場所：関ヶ原小学校体育館
(岐阜県不破郡関ヶ原町関ヶ原3132-3)



主催：フィットネスダンスフェスティバル in 関ヶ原実行委員会
後援：社団法人 日本フィットネス協会
時間：9:00~12:30
内容：健康測定・講演会・フィットネスダンス体験会

★スケジュール★

| | |
|-------------|--|
| 9:00~ | 受付 |
| 9:30~10:15 | 健康測定 ・ 血圧測定 ・ 体脂肪率測定 (かくれ肥満ではありませんか?) ・ 脳年齢計 (あなたの「脳」年齢はいくつ?) ・ 血管年齢測定 |
| 10:15~11:00 | 講演会 『フィットネスダンスと健康づくり』 講師：高 順姫 先生 (社)日本フィットネス協会 理事 |
| 11:00~11:15 | 休憩 |
| 11:15~12:15 | フィットネスダンス体験会 (ひばりエクササイズ 他) |
| 12:15~12:30 | 閉会 |

ADI/JAFA AQUA教育単位研修会

日時：2009年12月5日(土)
9:00~12:30 延3.5時間
会場：関ヶ原小学校体育館
研修：受付・会場整理・体験会サポート等
単位：1.5ポイント
問合せ：フィットネスダンスフェスティバル in 関ヶ原実行委員会
(スタジオヂーニース内)

TEL 058-323-8955

※ 当日お手伝い頂ける方は、フィットネスダンスフェスティバル in 関ヶ原実行委員会まで事前にご連絡下さい

