

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

