

参加  
無料

# いきいき 運動教室

学生による  
個別指導



日程： 令和7年 7月 8日（火）15日（火）  
22日（火）29日（火）の4日間

時 間： 11:00～12:15

場 所： 常葉大学浜松キャンパス トコハアリーナ

定 員： 10名（先着順）

持ち物： 動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物

○参加条件： 医師から運動を制限されていない方

※お車で越しの場合は学生駐車場（無料）をご利用下さい。



この運動教室では、健康運動指導士の資格取得をめざす学生が、地域の皆様の健康をチェック！

参加された方に対して、初回に体力測定を実施し、個々にあった運動プログラムを作成し、ストレッチング、筋力トレーニングなどの指導を行います。

（※学生の指導には、健康運動指導士の資格を持った教員があたります。）

申し込み：2次元バーコードまたは下記申込書に必要事項を記入の上、  
FAX（053-428-2900）でお送りください。

問い合わせ：常葉大学健康プロデュース学部スポーツ健康科学科  
井口研究室 053-428-7738 または 浜松地域貢献課 053-428-3532



| 申 込 書       |        |           |         |
|-------------|--------|-----------|---------|
| フリガナ<br>氏 名 | 男<br>女 | 年齢        | ..... 才 |
| 連絡先<br>電話番号 |        | FAX<br>番号 |         |
| 住 所         |        |           |         |

※ご記入いただいた個人情報は本事業の運営・連絡にのみ使用します。第三者提供は一切いたしません。