

「体力を学んで 健康づくり」

～自分のからだと向き合う体力測定～

講義と実技で学ぶ健康づくり県民講座

第1回のテーマは「体力」です！！

健康で生涯介護を必要としない生活を送るために、“体力”は必要不可欠です。

今回は筑波大学の**大藏先生**を講師に迎え、体力の重要性と意義についてわかりやすく伝え、健康増進学にもとづく、運動プログラムの紹介をおこないます。



筑波大学体育系
准教授 **大藏 倫博 氏**
(おおくら ともひろ)

2015.6.28(日) 9:30～12:30

【申し込み方法】

- 主催** : 千葉県総合スポーツセンター-指定管理者
千葉県体育協会・まちづくり公社グループ
- 日時** : 平成27年6月28日(日)
9:30～12:30 (9:00受付開始)
- 会場** : 千葉県総合スポーツセンター内
スポーツ科学センター3階 第一研修室他
- 講師** : 大藏 倫博 氏 (筑波大学体育系准教授)
- 定員** : 50名(申し込み先着順)
- 料金** : 500円(当日支払)
- 募集期間** : 5月28日(木)～6月25日(木)
- その他** : 室内用運動靴、運動しやすい服装

- ① **直接申し込み**
スポーツ科学センター2階受付
- ② **はがき又はFAX(下記申し込み先)**
記載内容
講座名・住所・氏名
年齢・性別・電話番号

千葉県総合スポーツセンター
〒263-0011
千葉市稲毛区天台町323番地
TEL: 043-290-8501
FAX: 043-207-1021



担当 鈴木・大越

健康づくり県民講座 申込用紙

プライバシーポリシー

ご記入いただいた個人情報は厳正な管理の上、主催者側の事務処理に関する手続き、講座の運営に関わる資料作成に使用いたします。なお、個人情報は、関連法令により認められた場合を除き、各位の事前の承諾なしに第三者に提供することはありません。

ふりがな		性別	年齢
氏名		男・女	満 歳
住所	〒	—	市 区・町・郡
連絡先	TEL	—	—
	Mail	@	

※次回の健康づくり県民講座のご案内をいたします。

事務局使用欄

受付日時	受付番号	受付者	受け付け対応 ①窓口 ②ファックス ③TR
------	------	-----	--------------------------

【申し込み方法】

- ①スポーツ科学センター2階受付窓口で申し込み
- ②上記申込用紙を記入の上、ファックスで申し込み
- ③はがきで必要事項(住所・氏名・年齢・性別・電話番号)を記載の上郵送で申し込み



※ファックス、はがきでお申し込みの方には後日確認の電話を差し上げます。
申し込み先着順にて、定員になり次第締め切ります。

【申し込み・問い合わせ先】

〒263-0011 千葉市稲毛区天台町323番地
千葉県総合スポーツセンター事業運営 担当 鈴木 大越
TEL043-290-8501 FAX043-207-1021