

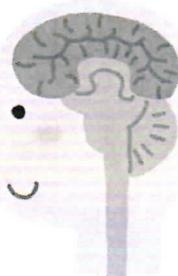
元気アップ講座

いつもの体操にスパイスアップ！
シナプソロジー体験！！

シナプソロジーとは…

「2つのことを同時に行う」「左右で違う動きをする」

といった動きで、脳の活性化を図るものです。



平成28年1月14日(木)

AM10:00～12:00(受付9:30～)

会場：小山市民センター 第一会議室

講師：山口 恵美子先生

(健康運動指導士、

シナプソロジー教育トレーナー)

対象：おおむね65歳以上の方

参加費：無料



お申し込みは、堺第2高齢者支援センターまで
電話番号 042-797-0200(担当:柳原)