

高齢者向け 運動セミナー開催

参加料
無料

いつまでも
自分の足で歩ける体を目指して!!

日時：2024年9月11日（水）14時～15時30分

場所：Asueアリーナ大阪（大阪市中央体育館）中会議室

定員：40名先着順 ※尚、定員になり次第、キャンセル待ちを受付いたします。

対象：年齢制限は設けておりません。セミナー内容を家族に伝えたいという方も大歓迎!!

転倒予防・認知症予防についての講義と、運動の実技をご紹介します。
転倒に関わる日本の文化や運動能力、単なるもの忘れと認知症の違いなども踏まえた講義をご用意しております。

運動は、手軽に自宅でできるものをお伝えいたします。

よって、セミナー内容をご両親などにも伝えたい!!という方も大歓迎です!!

■お問い合わせ・お申し込みはこちらから

Asueアリーナ大阪 トレーニング室

電話：06-6576-0071 FAX:06-6574-2937

（受付時間 9:00～20:00）



↑↑↑↑↑
HPはこちら

※申し込み時にご提供いただいた個人情報は、厳重に管理いたしますが、当グループ主催のイベントの案内等を送付する場合がございます。あらかじめご了承ください。

■主催：スポーツパーク八幡屋活性化グループ 企画運営：（株）COSPA ウエルネス 協力：みなとOSAKA スポーツコミッション（大阪市港区役所）

■スポーツパーク八幡屋活性化グループは、（一財）大阪スポーツみどり財団、（株）COSPA ウエルネス、ミスノ（株）、イオンディライト（株）、（株）加藤商会で構成される指定管理者です。