

大阪大学 森下竜一寄附講座教授との共同研究成果に基づき開発



# 認知機能の維持・向上に 効果的な運動教室

## 教室内体験会

開催

日程

10月27日、11月3日、11月10日、  
11月17日、11月24日、12月1日

時間

水曜日 12:30～13:30

料金

500円(税込550円)

※体験後、本教室にお申込みでキャッシュバック

申込

お電話または店頭にてお申し込みください

会場

門真スポーツセンター トレーニングルーム  
Tel.072-881-3715

### 体験当日の流れ

- ◆はじめに・諸注意など
- ◆準備運動
- ◆脳を活性化させるリズム体操
- ◆ゲームで楽しむ運動
- ◆脳を活性化させるラダー運動
- ◆お家でできる運動の紹介
- ◆整理体操



東和薬品RACTABドーム

(大阪府立門真スポーツセンター)