



# 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

4月27日(水)、5月11日(水)、5月18日(水)  
5月25日(水)

時間

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)