

第2回レク・ケア研究会

座学

参加者募集!

「心と体への気づき」

日 時：令和4年10月15日（土）

10：00～12：00

場 所：松前総合文化センター

2階 ふるさと学習室（松前町筒井633）

内 容：心身の健康について座学及び実技、レクゲーム etc

講 師：森田 孝弘 氏

日本健康運動指導士
NSCA-CSCS「全米ストレングス&コンディショニング協会認定
S&Cスペシャリスト
NSCA-CPT「全米ストレングス&コンディショニング協会認定
パーソナルトレーナー

松木 紀子 氏

レクリエーション・コーディネーター
福祉レクリエーション・ワーカー

対 象 者：体を動かすことやレクリエーションに関心のある方等

定 員：40名程度

申込締切：令和4年10月11日（火）

参加費：1,000円（資料・保険料等）

持参物：各自水分補給の為の飲み物等

そ の 他：動きやすい服装、マスク着用にてお越しください

問合せ・申込み

レク・ケア研究会 代表 松木

TEL 090-2893-0562

E-MAIL sny-matsuki@ma.pikara.ne.jp

主催：レク・ケア研究会

共催：生き生き仲間、愛媛県レクリエーション協会

