

**参加者
募集！**

スマートウォッチを付けての
運動強度の調査研究

謝礼有

先着20名様

65歳以上の方を対象とした
体力測定・運動教室を行います！



プログラム監修：東海学園大学 丸山／白井／仲井



【体力測定】令和7年2月5日（水）

9：00～16：00のうち1時間程度

【運動教室】1日目：令和7年2月19日（水）

2日目：令和7年2月26日（水）

※①9：00～10：00 ②11：00～12：00のいずれかの時間

※2日とも同じ時間帯にご参加頂きます

【運動内容】筋力トレーニング・エアロビックダンス

【参加条件】

①65歳以上の方（定員：先着20名）

②体力測定1日と運動教室2日の計3日間全て参加できる方

③上記運動内容を健康上問題なく行える方

持参物：動きやすい服装、室内シューズ、タオル、飲み物等



申込先：☎ 0561-36-5555

（東海学園大学三好キャンパス代表）

※お申込みのお電話は、1月10日（金）～1月31日（金）の
平日9：00～17：00の間をお願い致します。

※後日、詳細について丸山から連絡させていただきます。

場所：東海学園大学みよしキャンパス
5号館2階 運動生理学実験室

公益財団法人 鈴木謙三記念医科学応用研究財団による研究助成事業