

## 講演内容

ライフキネティックとは、ドイツで開発された子供から高齢者まで楽しめる普段はしない動きで手と足を同時に動かすトレーニングです。ドイツの脳トレの最新情報をお届けします。ぜひご体験ください。

### 【当日ご準備いただくもの】

- ・軽い運動ができる服装と履物
- ・手ぬぐい(タオル) 30×90cm くらい 1枚
- ・ハンカチ(タオル) 30×50cm くらい 1枚
- ・水分補給用の飲料水

## 会場案内

会場には駐車場はありません。  
当日は城山公園でイベントが開催されており、混雑が予想されます。  
公共交通機関をご利用の上お越しください。



## 申込方法

必要事項をご記入の上、FAX、E-mail のいずれかにて、  
11月8日(金)までにお申込みください。

### <必要事項>

※ FAX でお申し込みをされる方は、この用紙をご活用ください。

氏名		参加人数	人
住所	〒	電話番号	

※お寄せいただいた個人情報は、このイベントの連絡調整のみに利用いたします。

## 申込先

Fax: 089-909-7002

E-Mail: [matsu-event@uhe.ac.jp](mailto:matsu-event@uhe.ac.jp)

受講証の発行はございません。当日、会場に直接お越しください。  
定員に達して受付が出来ない場合のみ、ご連絡いたします。