

生き生き興起雇用創出大作戦！～地域雇用創造推進事業（パッケージ事業）～

高齢者のための健康運動インストラクター養成セミナー

募集期間：開催期間中随時受付

受講期間：平成25年12月12日（木）～平成26年3月6日（木）まで

月	日	曜日	時間	回数	講座名	会場
12	12	木	18:30-20:30	1	ストレッチと自重トレーニング	松本分館
1	9	木	18:30-20:30	2	器具を用いた筋力トレーニング	竹田市総合社会福祉センター 多目的ホール
	30	水	18:30-20:30	3	有酸素運動とエアロビクス	
2	20	木	18:30-20:30	4	高齢者を対象とした運動①	
	27	木	18:30-20:30	5	高齢者を対象とした運動②	
3	6	木	18:30-20:30	6	高齢者を対象とした運動③	

高齢者のための健康運動インストラクター養成セミナー 申込書

竹田市経済活性化促進協議会が行う人材育成セミナーの趣旨を理解した上、下記の通り申し込みます。

(ふりがな) お名前	()
住所	竹田市
連絡先	電話番号 FAX
	メール
連絡事項 (何かご要望がありましたらご記入ください)	

FAXまたは郵送、備え付け窓口にて受け付けております。

竹田市経済活性化促進協議会 活性化推進室 担当：本田行き

〒878-0011 竹田市大字会々2250-1(竹田温泉花水月内) 電話 62-2122 FAX 62-3953

竹田市経済活性化促進協議会