

参加
無料

オンライン 成田市健康づくり講演会

無理なくできる体幹トレーニング

～コロナ禍でもホームトレーニングで毎日を健康に～

講師 内田 英利氏（日本成人病予防協会認定講師）

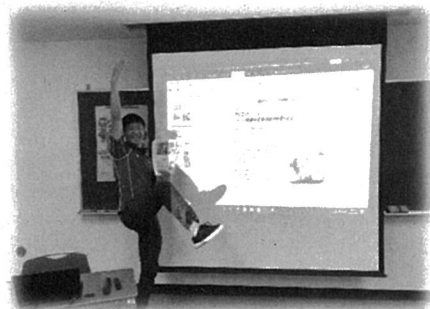
茨城県出身。立命館大学在学中に運動生理学などを学び、その後、米国の栄養学修士課程を経る。生活習慣病予防プログラムの開発、フィットネストレーナーの育成、生涯フィットネスに関する講演や運動指導など幅広く活躍。

◆著書◆

・『貴乃花親方 考案・監修
貴流運動法 シコアサイズ』

◆メディア◆

・TV出演 ・イベントの登壇
・ラジオ出演 ・WEB媒体出演 など



日時

令和4年2月26日(土) 10:00～11:30

会場

Zoom(Web会議ツール)からの参加のみ

対象

市内在住・在勤の方でインターネット環境があり、Web会議ツール「Zoom」を使用できる方

必要なもの

PC、スマートフォンまたはタブレット・事前に配布する資料・飲み物
(動きやすい服装でご参加ください)

定員

100人(市内在住・在勤の方を優先に先着順)

申込

【2月1日(火)から受付を開始します!】

2月18日(金)までにEメールにて、住所・氏名・電話番号、
在勤の方は勤務先の名称・所在地を記載して成田市健康増進課
(kenko@city.narita.chiba.jp)へお申し込みください。

※申込締切後に受付完了のご案内と講演会参加のためのURL等をEメールでお送りします。
Eメールが届かない場合、健康増進課までお問い合わせください。

※PC等の機材の貸出はありませんので、ご了承ください。

※受講中のけが・事故に関しては、本市及び講師では責任を負い兼ねますのでご了承ください。

【問い合わせ先】

成田市健康増進課

電話番号：0476-27-1111

FAX：0476-27-1114

こちらのQRコードから申込メールが作成
できます



主催 成田市健康づくり推進協議会 共催 成田市社会福祉協議会