健康体操教室　ハローフレンズ イノア

特別講習会

1. 日　時：　① 平成29年　4月3日（月）　19:30～21:00
　　②平成29年　4月7日（金）　19:30～21:00

2. 場　所：　①②ともに　健康体操教室ハローフレンズ　イノア

3. 内　容：　①誰にでもできる健康体操・・ミツヴァ―テクニックも取り入れて
　　②モニカ・ベックマンのジャズ体操

4. 参加費：①②ともに　イノアー般会員＝1，200円
　　イノアー般会員以外＝1，500円

5. 講師紹介　→ 松崎　妙子先生

- ✤ 昭和44年　日本体育大学卒業
- ✤ 卒業後、高等学校体育教諭を経て国立霞ヶ丘競技場トレーニングセンターにて、指導するかたわら、地域での教室の指導にあたる。
- ✤ 出産後、幼児体育を学び、2歳から小学生の指導を始める。
- ✤ ジャズ体操の創始者である、モニカ・ベックマン女史とは33歳の時に出会い、その後現在に至るまで交流が続いている。
  スエーデンでのラスト講習会までの5年間、毎年ストックホルムに通いつめモニカのジャズ体操を学ぶ。
  現在は、モニカの会というグループで、お世話役をし講習会を開いている。
- ✤ 両親の介護後は、神奈川県の城山にて、2歳から100歳まで幅広い年齢層の体操を指導している。

松崎先生より

『自分自身の年齢も考慮し下の年齢からレッスンを削っています。
　が、15年前に出会った、ミツヴァーテクニックの学びを取り入れて、指導しています。長い年月、社会体育の指導をしてきましたが、現在が一番体操しているかも・・・。伊藤先生のお書きになったご本にあるように、“体操が一番”　私もそう思っています。まだまだ学びの途中です。お役に立てるレッスンができればよいのですが・・・。』

6. 参加申し込み

〇参加ご希望の方は、健康体操教室ハローフレンズ イノアまで、氏名、所属、年齢、連絡先、ご希望の講習会をお知らせください。（電話、ファックス、メール）
〇事前に参加費をお支払いください。（オフィスに提出、振り込みなど）
　振込先：三菱東京UFJ銀行　大府支店　普0041653　伊藤敦子
　　半田信用金庫　巽ヶ丘支店　普0781499　健康体操教室ﾊﾛｰﾌﾚﾝｽﾞｲﾉｱ伊藤敦子
〇お問合せ：健康体操教室ハローフレンズ イノア　TEL＆FAX　0562－77－3607
　　知多郡東浦町緒川相生の丘8－3　　E－mail　hello-friends-inoa@ma.medias.ne.jp