

飯田路佳先生 特別講習会

『健幸華齢を目指して ～音楽ともにいきいきと楽しく～』



飯田路佳先生
プロフィール

十文字学園女子大学 人間生活学部健康栄養学科教授

(公社)日本女子体育連盟 常務理事

日本リズムムーブメント指導者協会 代表

専門分野=健康維持増進学

(大学では[人間成長力アップゼミ]担当)

2019年7月にはスペイン・マドリッドにて、国際女子体育会議の大会が行われ、平均年齢70歳の総勢10名で健康のためのダンスを4作品披露。

ダンス
ムーブメ
ント実技

タンゴの音楽に合わせて、たのしんで身体を動かしていきましょう。脳トレの要素も取り入れながら、少し難しいステップにも挑戦！できなくても声を出して笑いながら、一緒に楽しい時間を過ごして参りましょう。

日時 3月21日(木) 10時～12時
場所 健康体操教室ハローフレンズイノア

<20日、21日講習会申込み>イノアオフィスにて、申込一覧に必要事項を記入の上、参加費をお支払いください。

締切は3月13日(水)

イノア一般会員=1,500円 会員外=1,800円

イノフェスⅢ プログラム

3月20日(水)

10:00-12:00 飯田路佳先生講習会
昼休憩

12:45-13:45 グループ発表前半
休憩(ストレッチタイム)

14:00-14:50 グループ発表後半

15:00-16:00
みんなで体操

3月21日(木)

10:00-12:00
飯田路佳先生特別講習会