

「メタボリック対策」
「人生を楽しくする運動のすすめ」

●講師 [中京大学スポーツ科学部教授・中京大学大学院体育学研究科教授]

ゆ あ さ か げ も と
湯 浅 景 元 さん

●プロフィール

◆経歴

1947年名古屋市に生まれる。中京大学体育学部卒業。東京教育大学（現在の筑波大学）大学院修士課程修了。その後、東京医科大学で学ぶ。医学博士。体育学修士。中京大学スケート部部长としてフィギュアスケート選手の指導にもあたっており、浅田真央や小塚宗彦も教え子のひとり。

◆主な著書

「ひねり運動7秒ダイエット」(講談社)
「決定版 快適ウォーキング」(岩波アクティブ新書) 他多数

◆テレビ出演

NHK総合テレビ「生活ほっとモーニング」、日本テレビ「おもいっきりテレビ」等の出演。

◆特徴

イチロー、浅田真央、ポルト、室伏広治など一流スポーツ選手の強さの秘密を科学的に解き明かし、彼らから学べる健康法を紹介。普段着でイスに座ったままでできる健康体操を体験していただく。



平成29年

5月27日(土)

伊勢市生涯学習センター
いせトピア 多目的ホール

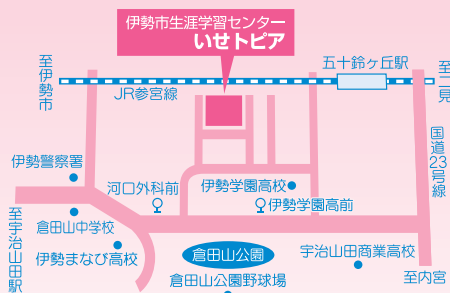
入場無料 開場13:30
開演14:00~15:30

●主催

伊勢市生涯学習センター指定管理者
特定非営利活動法人 まなびの広場

定員
450名

手話通訳有り
(予定)



こちらの事業は、「いせまなびのパスポート」スタンプ対象講座となります。



いせ健康ポイント
「行きましたポイント」対象事業となります。
詳しくは地域包括ケア推進課
(☎21-5707)へ。

申し込みについて

- 往復はがきに、必要事項を記入し郵送してください。
- 1枚の往復はがきで2人(中学生以上)まで申し込みできます。(2人の場合は必ず2人の名前をご記入ください) 返信する住所は1人で結構です。
- お1人様1枚のはがきでお申し込みください。重複のはがきは無効とし、処分させていただきますのでご了承ください。
- 定員を超えた場合は抽選となります。
- 結果は抽選後、または応募締め切り後、速やかに返信はがきでお知らせします。返信はがきが入場券となりますので忘れないようにご持参ください。
※5月13日発送予定。返信はがきが届かない場合は問い合わせてください。
応募締め切りは、平成29年5月10日(水)当日消印有効
※往復はがきでの申し込みとなっていますが、お席に余裕がある場合は5月17日(水)8:30より先着順で受け付けます。(電話のみの申し込みとさせていただきます、当日の入場ははがきのお持ちの方からとさせていただきます)

往信用表 返信用表

516-8520	
いせトピア 公開講座 係	何も記入しないでください

返信用表 往信用表

郵便番号 住所 氏名	公開講座名 ①住所 ②氏名(ふりがな) ③電話番号
------------------	------------------------------------

問い合わせ先

伊勢市生涯学習センター
いせトピア

〒516-8520 三重県伊勢市黒瀬町562番地12
TEL 0596-21-0900
FAX 0596-21-0909

後援:伊勢市
伊勢市教育委員会