

横浜市スポーツ指導者連絡協議会  
スキルアップ研修会

\*日時 令和8年2月8日（日）9時半～11時45分（9:10～受付）

\*会場 かながわ県民センター 304会議室

\*内容 「運動を習慣化する為の筋力トレーニング」

\*持ち物 運動しやすい服装、飲み物

\*講師 鈴木 拓 氏 <さくらメディカル（株）代表>

\*受講料 500円（当日徴収します）★更新研修会ではありません

\*定員 30名（先着順）

★一般の方の参加歓迎です！



\*住所、氏名、TEL を明記してお申込み下さい

\*申込締切日 令和8年1月25日（日）

申込先 山本 美智子

TEL/FAX 045 (754) 1185

Email [bluerose209@nifty.com](mailto:bluerose209@nifty.com)