

平成 29 年 6 月 13 日

立志会 会員・オブザーバー各位

一般社団法人福岡中小企業経営者協会
青年協議会「立志会」
代表世話人 内田 秀人
例会委員長 山口 剛弘

立志会7月例会のご案内

拝啓 初夏の候、会員の皆さまにおかれましてはますますご健勝のこととお慶び申し上げます。

さて、7月例会はフリーランスパーソナルトレーナー 真己(Maki)さんにお越し頂き、健康的な体になるためのストレッチや簡単な体幹トレーニングなどを実践的に教えて頂きます。効率よく筋力を鍛える方法、また太りにくい体質づくりについてのお話もお伺いする予定です。

つきましては、大変貴重な機会ですので会員の皆様は奮ってご参加くださいますようお願い申し上げます。

敬具

記

- 日 時 平成 29 年 7 月 13 日 (木) 18:30~21:00
〈講演〉 18:30~19:30 〈懇親会〉 19:30~21:00
- 会 場 「西鉄グランドホテル」14F「クレイオ」
- テ ー マ 「健康的な体になるためのストレッチや体幹トレーニングについて」(仮)
- 講 師 フリーランスパーソナルトレーナー 真己(Maki) 氏
ピラティスを軸にトレーニング指導。ゴルフをする方向けに体幹・可動域 up トレーニングや、姿勢改善、Bodyメイクなど、一人一人に合わせたトレーニング指導を行っている。
また、マスターストレッチや精神疾患ピラティス療法トレーナーとしても活動中。
- 会 費 会 員 : 無 料 (懇親会費は6,000円程度)
オブザーバー : 7,000円程度 (懇親会費含む)
- 問い合わせ 事務局 二宮 裕一郎 TEL092-753-8877

【事務局：二宮 宛】

立志会7月例会出欠表

- ・立志会7月例会に (参加する ・ 参加しない)
- ・懇親会に (参加する ・ 参加しない)

会社名 _____ 役職 _____ 氏名 _____

→恐れ入りますが、出欠のお返事を6月30日(金)迄にメール

(E-mail: ninomiya@chukeikyo.com) 又は FAX(753-8870)にてご回答下さい。