

福岡中経協会員各位

(一社)福岡中小企業経営者協会  
社員交流委員会  
担当副会長 尾上 正史  
委員長 浦岡 香  
副委員長 筑前 りょう太

# 社員の皆様大歓迎！研修会

## 【第2回】疲れない身体を作る！

### リリースヨガ&プロレスエクササイズ

誰でもできる！  
心身の不調改善に

拝啓 時下ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。平素より中経協活動にご協力ご尽力を賜り、誠にありがとうございます。

さて、この度社員交流委員会では社員の皆様方にご参加頂ける研修会を様々なテーマで開催させて頂くこととなりました。第2回は「リリースヨガ&プロレスエクササイズ」です。

つきましては、ぜひ社員の皆様方へご紹介ください。皆様のご参加をお待ちしております。

敬具

**日時** 令和元年10月7日(月)16時00分～18時00分  
(受付15時30分～ 研修16時00分～)

**場所** 一般社団法人福岡中小企業経営者協会 会議室  
(福岡市中央区天神1-4-2 エルカ-ラウイビル 6F TEL:092-753-8877)

**講師** ヨガインストラクター 佐々木 真子 氏  
NPO法人九州プロレス プロレスラー 佐々木 日田丸 氏

**内容** 疲れない体を作るリリースヨガとプロレス式エクササイズ。静と動のアプローチで心と身体を楽しく鍛え、整えます。難しい動きは一切ありません。誰でもできる動きで血行が促進され、慢性的な体調改善にも効果的です。

**対象** どなたでもご参加頂けます。

**定員** 先着30名

**受講料** 3,000円

※当日受付で現金にてお支払いください。

【お問い合わせ】 福岡中経協 事務局 鈴木

E-mail:suzuki-m@chukeikyo.com / TEL:092-753-8877 / FAX:092-753-8870



【事務局 鈴木宛】 F A X 0 9 2 - 7 5 3 - 8 8 7 0

【出欠締切：9月24日(火)×】

【第2回】疲れない身体を作る！リリースヨガ&プロレスエクササイズ (10月7日) 出欠表

第2回研修会に < 参加 > する

御社名 \_\_\_\_\_

御役職 \_\_\_\_\_

御名前 \_\_\_\_\_

お申込はQRコードから！



またはメール、FAXより  
お願いいたします。