

SAM 考案！全く新しい

「健康」ダンスプログラム！！

未経験者でも楽しく、健康に！

教育デモンストレーション

第一回日本心臓リハビリテーション学会関東甲信越支部地方会

集団スポーツ運動療法としての ダンスエクササイズ

2月25日（土）時間：11:00～12:30

【場所】大宮ソニックシティ

4F 国際会議室

【定員】120名（先着）

【座長】

田嶋明彦、丸山泰幸

【特別講師】

SAM

SAM がこれまでの知識と経験をつぎこんで新たに考案したシニアの方々の健康づくりに特化したプログラムになっています。医師や理学療法士の監修の元、「回コモ」「メタボ」「認知症」の予防に非常に効果的であり、医師お墨付きの安全性も誇っています！同じプログラムを繰り返し行うのでダンスが初めての方でも大丈夫です。この繰り返し継続をしていくことが、健康づくりに大切なのです！気軽に楽しめ、心も身体も健康になれる、そんなダレデモダンスを是非この機会に体験してください！