

脳若トレーニング無料体験教室

9月8日(金) 11時~12時

iPadを使って行いますが、こちらでご用意いたします。

脳若トレーニング(ランチ付き)

★6回コース 16,500円(1回当たり2,750円)

★12回コース 30,000円(1回当たり2,500円)

1回60分の講座メニューは盛りだくさん。脳も身体も休みヒマがありません

ipadを使って楽しく脳を鍛える教室

<6回&12回>月2回金曜日 講座11時~12時 ランチ交流タイム12時半~13時半

講座の後、ランチしながら、質問に答えていく、交流タイムもあります。

①9月22日(金) ②10月13日(金) ③10月27日(金) ④11月10日(金)

⑤11月24日(金) ⑥12月8日(金) ⑦12月22日(金) ⑧1月12日(金)

⑨1月26日(金) ⑩2月9日(金) ⑪2月23日(金) ⑫3月9日(金)

定員6人~10人 ★南風特製メニュー

1	記憶トレーニング	記憶力を鍛えます! 楽しい問題が脳を活性化します
2	BB体操	脳(Brain)と身体(Body)の組み合わせ体操で イキイキ・ハツラツ
3	iPad使いこなし	面白アプリやインターネットを 楽しみましょう♪
4	回想タイム	タイムスリップして、 あの頃の気持ちに戻ります。
5	コミュニケーション・ワーク	全員で楽しむトレーニング。 コミュニケーション力が試されます。
6	リラックス運動	講座の最後はヨガをイメージした ゆっくり体操

カフェギャラリー南風

(みなかぜ)

さいたま市中央区

本町西2-2-24

048-764-8850

090-4600-1027 (山田)