

脳活性講座 第2弾！

あなたの脳年齢をアップデート！ ～脳を若く保つ秘訣！～

こんな症状でお悩みありませんか！？

- 人の名前が出てこない
- 新しいことに対して気が重い
- 最近忘れっぽい
- 仕事や家事に集中できないことがよくある



1つでも当てはまった方は脳の認知機能が低下しているかもしれません！
認知症予防の第一歩として、脳をアップデートしてみませんか！？

8月31日(月) 14:00～15:30

ジェクサー・フィットネス&スパ赤羽 Bスタジオ

定 員：25名

最小遂行：8名

参加費：税込1,100円



講師：佐々木夏子氏
管理栄養士/介護予防運動指導員
シナプソロジー教育トレーナー

☆本イベントは会員種別『ジム会』会員様限定のイベントとなります☆

ジェクサーWEBサービスよりお申込みください

ジェクサーアプリマイページ ⇒ イベント予約 ⇒ 申込にあたっての同意事項に ☒

⇒ 講座コード「2007567」を入力し「次へ」をクリック

⇒ イベント申込ページに進みますので必要事項のご入力をお願いいたします

★お申込み期間：8月23日（日）23:59まで

※先着順でのご案内とさせていただきます

※申込期限後のキャンセルの場合、返金はありません

✉ お問合わせは jimukai@jresports.co.jp までご連絡下さい

