

台湾企業Uniigym(ユニージム)のサービスを活用した 「いつでもどこでもできる」健康づくり体験会



日 時: 令和5年3月29日(水)

[午前の部] 10:00~11:00 [午後の部] 13:00~14:00

場 所: 玉名市民会館ホール棟ロビー[熊本県玉名市岩崎88-5]

連絡先: 玉名市企画経営部地域振興課

[TEL] 0968-75-1421 [E-mail] chiiki-s@city.tamana.lg.jp

※右記のQRコードによりお申し込みいただくか、
本申込書を以下のメールアドレスもしくは FAX宛にご送付ください。

申込用
QRコード



玉名市企画経営部地域振興課
メール: chiiki-s@city.tamana.lg.jp
FAX: 0968-75-1166

参加申込書

所属	
氏名 (必須)	
電話 (必須)	
メール	
参加日時 (必須)	<input type="checkbox"/> 午前の部(10:00~11:00) <input type="checkbox"/> 午後の部(13:00~14:00) ※ <input type="checkbox"/> に✓をお願いします。

【台湾企業 Uniigym(ユニージム)のサービスについて】

本サービスは、スマートフォンがあれば「いつでもどこでも」利用でき、AIによる行動比較による点数化、ARのトレーナーとのトレーニングなど、2,000以上のコンテンツをゲーム感覚で楽しみながら運動習慣を身につけ、心身の健康づくりを促進するサービスで、自治体として本サービスの体験会を開催するのは全国初の取組となります。



【コンテンツの例】

- 準備運動・ウォームアップ体操
- ストレッチ運動
- 介護予防運動
- ヨガ・太極拳
- 筋カトレーニング
- ダンス・フィットネス
- スポーツ(陸上、空手、ボクシング、バレエ等)