ﾒﾆｭｰ番号	タイトル	会社名	担当部署（担当課）	講師肩書き	講師名	対象
4700	健康体操			足立区公認スポーツ指導員（フィットネストレーニング）	山﨑冨貴子	成人、高齢者
4820	整体師ならではの健康を目的とした体幹・骨盤体操			整体師、コンディショニングコーチ	三重堀　智之	成人、高齢者
4830	自力整体			インド・アナンニケタンヨーガ講師、読売文化センター講師、足立区住区センター講師	秋田　和恵	成人、シルバー
5390	シニアのための筋トレ教室	（株）ディープブレス		高齢者運動指導士、健康運動指導士	神谷　秀行	概ね65歳以上
5530	健康体操・護身術			中国武術七段、国際級武術審判、中国・国家体育指導員、甘粛省八門拳名挙副会長、中国拳法チャンピオン3回、国際拳法チャンピオン2回	叶建淵	老若男女