実施年月日	2018 年 5 月 9 日（水）—2018 年 7 月 11 日（水）
名　称	市民向けグループレッスン
会　場	NSCA ジャパン Human Performance Center （流山市前平井 85）
講演者	渡部　一郎氏 （NSCA ジャパン HPC アシスタント S&C コーチ）
テーマ	健康づくりに科学的アプローチ！
内　容	筋力運動を中心にストレッチ、ヨガ、バランストレーニング等を盛り込んだ全10回コースのグループレッスンです。レッスンの初回と最後に測定を行い、参加者自身に運動効果を体験して頂きます。
来場者	8 名の方が参加されました（定員 10 名）