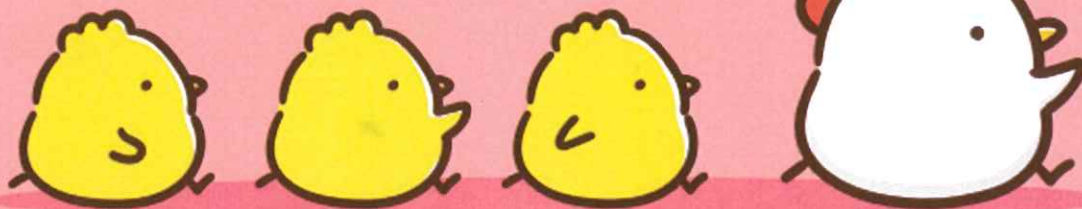


小城暮らしの保健室「ミニ講座」

健康は
歩いて
作ろう！

Working...



テーマ

- ★ 正しいウォーキングのやり方とは
- ★ ウォーキングで得られる健康効果とは
- ★ 実際に歩いてみよう / / (ゆめぶらっと ↔ 小城公園) ※雨天時は館内です
- ★ 質問コーナー など

暮らしの保健室ミニ講座

だいでん まなぼうや

健康運動指導士から学ぼう！効果的なウォーキングのやり方(2)

参加
無料

2024

4 / 9 [火]

場所 / ゆめぶらっと小城

時間 / 10:00 ~ 11:00

講師 / VIVOスタジオ

健康運動指導士 古川 武さん

対象 / 佐賀県内にお住まいの方々 お問い合わせ / 0952-37-1040 (ひらまつ病院内 事務管理室) 主催 / だいでんケアネットワーク

お申し込み・お問い合わせ

お気軽にこちらの窓口へお申込みください。お電話でもお待ちしております

連絡先 **ゆめぶらっと小城 管理室** (担当: 辻・八木)

〒845-0001 小城市小城町 253-21

TEL 0952-37-6601