

初回無料体験実施中

楽しい健康体操

食べたら動こう!!

【内容】 食のアドバイスと日常生活に役立つ
こころとからだの健康づくりを行います。

毎週水曜日 13:30~14:20

【日時】 秋期 9/20~11/29

冬期 1/17~3/14

【場所】 **春江体育館会議室**

【対象】 一般男女

【講師】 健康運動指導士 半澤 清江

【受講料】 チケット制 (4枚 2,000円)

問合先 春江体育館 (0776-51-4242)

