

春に向けて、今から体を動かそう！！

ロコモ予防体操

～ロコモティブシンドロームの予防と毎日いきいきを目指します～

日程 : 2021年 3月10日(水)

時間 : 10:00～10:45

場所 : 1F保健センター前・プール併設施設

費用 : 530円(税込)

対象 : 一般 定員: 10名

講師 : 山田 真粧美(運動実践指導者)

根白石温水プールスタッフ

持ち物: 運動に適した服装・タオル・飲料

※お問合せ・お申込みは、根白石温水プール受付までお願いいたします。
お電話での受付も可能です。ご入金の際は、同意書への捺印が必要となります。認印をお持ちください。

根白石温水プール TEL022-376-5124

根白石温水プール