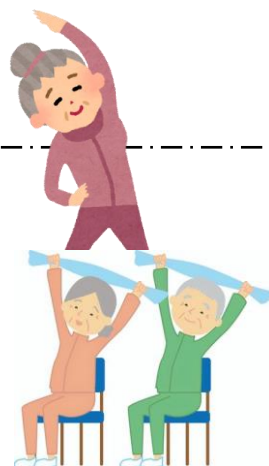


# 春に向けて、今から体を動かそう！ 転倒予防体操



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: 2024年3月29日(金)

時 間: 10:00~10:50

場 所: プール併設施設(1F保健センター前)

参加費: 530円(税込) 対象: 一般の方 定員(15名)

講 師: 山田 真粧美(健康運動実践指導者・ダンロップスポーツウェルネススタッフ)

持ち物: 運動に適した服装・タオル・飲料

**受付開始:** 2024年3月7日(木)13時~ 電話または窓口でお申し込みください。  
※先着順となります。定員になり次第締め切りとなりますので、予めご了承ください。

指定管理者: ウェルネス・同和共同企業体【(株)ダンロップスポーツウェルネスと同和興業(株)の連合体です】  
指定管理期間: 令和3年4月1日~令和8年3月31日

問合せ: 根白石温水プール <https://nenoshiroishi-pool.com> (TEL) 376-5124