参加無料

講演会

理学療法士の筋トレ（全身のトレーニング）

5月30日（金）

10：00 ～ 12：00

申込

5月1日（木）～
5月15日（木）

※応募者多数の場合は
5月16日（金）に抽選を行います。

お申込は直接受付まで、または電話、FAXにてお願いします。FAXでお申込の際は、「名前・年齢・性別・電話番号」を忘れずにご記入ください。

定員 18名

持物

- 住所年齢が確認できるもの
- 飲み物　・上履き
- 汗拭きタオル
- ヨガマット

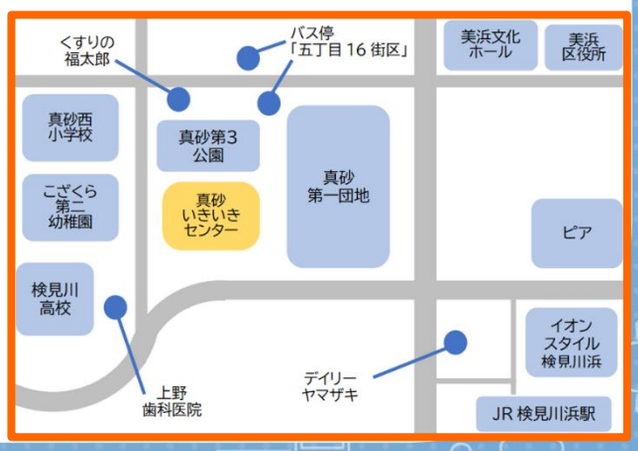
（貸出もございます）

※運動しやすい服装でお越しください。

対象

千葉市に住所を有する
60歳以上の方

千葉市真砂いきいきセンター

9：00～17:15
美浜区真砂4－4－10
TEL：278－9641
FAX：278－9642

ご来館の際は公共交通機関をご利用下さい。
駐車場のご案内は出来かねますので、
ご了承ください。