



健康寿命研究所

マーガレット 主催

第2回 健康セミナー

「らくらく・楽しく」運動不足を解消

『楽トレ』健康セミナー

日時: 令和6年4月11日(木) 14:00~15:00
(13:50までにお越しください)

場所: マーガレット 定員: 8名(先着順)

参加費: 1,100円(税込)

持参品: 水分補給用の飲み物
動きやすい服装
タオル 上履き

内容: ① タオルを使って手軽にできる運動
② いつでもどこでも「ながら運動」

参加には事前申し込みが必要です。定員になり次第、締め切らせて頂きます。

申し込み・お問合せは
こちらまで ↓↓

今治第一病院前交差点すぐそば
この看板が目印です!!



健康寿命研究所

マーガレット

080-2510-6846

(担当: 越智)



駐車場には限りがございます。満車の場合は
今治第一病院の駐車場をご利用ください。

検温、手指消毒、マスク着用にご協力ください
体調のすぐれない方は、ご参加をお控えください