

中高齢者のための 腰痛膝痛改善教室

腰痛、膝痛の原因となる筋力を
無理なく楽しく改善しましょう！
専門講師が実施します！



- 場所 柴原体育館会議室
- 日 6/5,12,19,26,7/3,10(全6回)
- 対象 中高齢者 ● 定員 10名
- 曜日:時間 水曜日 14:30~15:30
- 受講料 1期4,800円(税込)
- お申し込み方法

1次申込受付 (市内在住・在勤・ 在学の方のみ)	WEB受付 : 5/8(水)9:00~5/14(火)23:59
	来館受付 : 5/8(水)9:00~5/14(火)20:30
抽選結果	5/20 (月) 13:00 HP、館内掲示、お電話にて
入金期間	5/21(火)9:00~5/27(月)20:30

※ 2次申込受付(市外の方)は当教室が定員に満たない場合、5月28日(火)より先着順にて受付致します。

※ 2次募集枠が少数の場合、受付初日8:45から9:00までの間に来られた方で定員を超えた場合抽選致します。

無料体験会実施中

腰痛・膝痛の予防にもなります。
一度ご体験ください。

