

若林ちよいスポ



第2回

健康運動 編

筋トレ・脳トレで健康に!

8月7日(木)
10:00~11:00

当日受付 9:45~・参加無料



<講師> イムス明理会仙台総合病院 理学療法士 佐藤 龍 氏

<場所> 若林市民センター 2階 和室1

<持ち物> 動きやすい服装・水分補給できるもの・必要に応じて汗拭きタオルなど

<対象> どなたでも 20名(先着順)

※小学3年生以下のお子様に参加される場合は、原則保護者の方の同伴をお願いします。

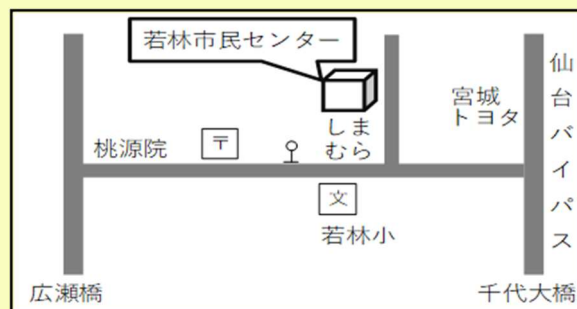
<申込> 7月12日(土) 11:00~ 窓口または電話にて

お問合せ
申込先

若林市民センター

住所 仙台市若林区若林 3-15-20

TEL 022-282-4541



*講座中に撮影した写真を市民センターだより・HPに掲載する場合がございます。

*頂いた個人情報は本講座のみに使用します。