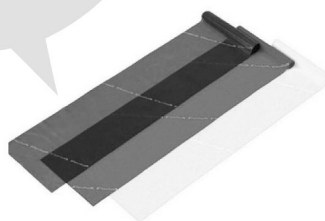


60歳以上
対象

肩・腰スツキリ健康体操！

健康運動教室

🎁
自宅で使える！
セラバンド
参加者全員へ
プレゼント！



参加費
無料

講師紹介



合同会社TMC 代表
健康運動指導士 佐竹 恵治氏

運動指導歴40年以上の実績を持ち、昨年合同会社TMCを立ち上げ代表を務める。羽幌町にも10年以上毎年来町され、効果的な運動について実践を交えながらご講演いただいている。

日程

2025年 **9月5日** **金**

時間

13:30～15:30 (受付13:00～)

場所

羽幌町中央公民館 小ホール

住所

羽幌町南6条2丁目

持ち物

○運動靴 ○タオル
○飲み物 ○動きやすい服装

お
申
込
み

羽幌町すこやか健康センター ☎ **0164-62-6021**

[開館] 8:45 [閉館] 17:30 [休館] 土日・祝日 ☎078-4106 羽幌町南6条3丁目14番地

申込締切 **2025年9月2日(火) 17時まで**

- ご来館によるお申込みも受け付けております。
- こちらのQRコードからのお申込みも可能です。 >>>>

