

体のお手入れ 運動教室

腰曲がりを予防しよう！

～腰を守る体操の実践～

5月14日(水) 13時30分～
14時30分

【会 場】勝部地区公民館 大会議室

【講 師】宮本 健一さん
(体のメンテナンス専門家)

【対 象】成 人 (先着10名)

【持ち物】バスタオル・水分補給飲料

【締 切】5月12日(月)

参加費
300円

〒680-0526 鳥取市青谷町紙屋110

鳥取市立勝部地区公民館

TEL

0857-87-0340
cc-kachibe@it.city.tottori.tottori.jp

お申し込みは
こちらまで