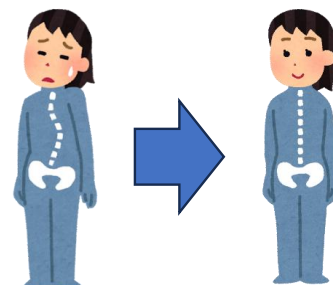


今日から始める 未病ケア

① 骨格ゆがみケア



1月 13日(火)

14:00～15:30(受付時間:13:30～)

講師:金沢市スポーツ事業団 スポーツ指導員

場所:泉野福祉健康センター3階健康スタジオ(泉が丘1-2-22)

② 膝痛予防



1月 29日(木)

14:00～15:30(受付時間:13:30～)

講師:金城大学 教授 佐々木 賢太郎 氏

場所:金沢健康プラザ大手町東館4階大研修室(大手町3-21)

- ★ 参加費 100円(保険料、資料代)
- ★ 定員 金沢市民 各回30名程度
- ★ 受付期間 12月16日(火)～ 定員に達するまで (先着順)
- ★ 持ち物 水分補給用の飲み物、体操用のフェイスタオル、筆記用具
①のみ内履きの運動靴
- ★ 動きやすい服装、運動靴でお越しください。
(お問合せ)



公益財団法人 金沢健康福祉財団 (金沢市大手町3-23)

電話 222-0102 FAX 222-4366

※ この教室は、公益財団法人 金沢健康福祉財団が金沢市の委託を受けておこなっています

申込は
こちらから

