

健康体操教室

▶窓口申込開始日： 2025 月 12月 15 日(月)

気軽にできる腰痛、肩こり改善体操です

日時

1 月 9 日(金) 16 日(金) 23 日(金) 30 日(金)

13 : 00 ~ 13 : 40 (40分)

料金

月4回 2,800 円 (税込)

1回 900 円 (税込)

持ち物

動きやすい服装
ドリンク

定員

10 名 (催行人数3名)

会場

郡山しんきん
開成山プール1Fロビー



お申込は
受付窓口
まで

☎ 024-926-0450

郡山しんきん開成山プール
住所 福島県郡山市開成一丁目5-12
WEB <https://www.kaiseizanpool.com/>



講師
峯 淳子 Junko Mine
資格：
・介護予防運動指導員
・栄養士
・シニアソロジャー