

健康体操教室

腰痛、肩こり改善運動!

気軽にできる腰痛、肩こり改善体操です

日時

12月 5 日(金) 12 日(金) 19 日(金)

13:00~13:40 (40分)

料金

月3回 2,100 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
- ・シナプソロジー