

# 健康体操教室

▶窓口申込開始日： 2026 月 5 月 25 日(月)

気軽にできる腰痛、肩こり改善体操です

日時

8月 **21** 日(金) **28** 日(金)

13:00~13:40 (40分)

料金

月2回 **1,700** 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2階会議室



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