健康体操教室

▶窓口申込開始日： 2026月 12月 14日(月)

気軽にできる腰痛、肩こり改善体操です

日時
1月 8日(金) 15日(金) 22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