

2023年度  
第2回

参加  
無料

無料健康スポーツセミナー  
「腰痛予防と体幹強化」  
～膝のトラブル予防と体幹強化のエクササイズ～

日時

2023年  
5月14日 **日** 10:30-12:00

定員  
・  
対象

先着15名様 ※5月1日(月)より、窓口またはお電話にて  
お申込みいただけます。

どなたでもご参加いただけます

講師

藤田 洋一  
(健康運動指導士)

ご予約  
お問い合わせ

香川県立総合水泳プール  
香川県高松市御厩町1585-1

TEL:087-885-3821