

2025年度

参加
無料

無料健康スポーツセミナー

「身体の柔軟性を向上させるセルフケア」 ～筋膜リリースとストレッチ講座～

日時
・
会場

2025年
10月13日 月/祝 10:30-11:30

定員
・
対象

先着15名様 ※10月1日(水)10:00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

竹中 誠之 (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