



「健幸推進教室」

(開催日時) 令和元年6月17日(月) 午前9時～午後3時

(開催場所) 庄内ハーモニー 1F多機能室

(講師) 健幸スポーツ課 清水 高志氏

(内容) 体脂肪率・筋肉量測定に基づく運動指導。

※ともに事前予約制ですのでご注意ください

①午前9時～午前10時 定員20名

②午前10時30分～午前11時30分 定員20名

③午後1時30分～午後2時30分 定員20名

(対象者) 市内在住の方(無料)

(問合せ) 庄内保健福祉総合センターハーモニー

0948-82-5300

