

ヘルスプロモーション企画

異ジム

第10弾 1月16日(土) 15時～16時
「ストレッチ教室」



第11弾 2月20日(土) 15時～16時
「筋トレ教室」



第12弾 3月19日(土) 15時～16時
「体力測定会」



体力測定会では、筋力・バランス・歩く速さなどから、あなたの体力年齢を測定し、ストレッチ教室と筋トレ教室で、健康な身体を取り戻しましょう！

参加無料！！ 希望の方は開催日の15時までに動きやすい服装でリハビリ室前までお越しください。

お問い合わせ先
異病院 リハビリテーション科

住所: 池田市天神1-5-22
TEL: 072-763-5100

