

申込必須

第27回

いきいき健康セミナーのご案内

日時

2020年 **3 / 28**(土)

開場:13:45 / 講演:14:00~15:00

場所

八田内科医院

第27回

3/28(土)開催

申込必須

いきいき健康セミナーのご案内

講演
内容

めざめよ筋肉！

「筋肉は何歳からでも鍛えられます」

膝や腰が痛い方でも出来る！筋トレ教えます(￣▽￣)

来たれ！筋肉道場！



講師：健康運動指導士 木下 淳 先生

