

軽い運動ができる方であればどなたでも参加できます

定員60名!!

参加費
無料!!

2019年度 健康講座



健康寿命を延ばそう &
筋力アップで健康アップ

2019年11月25日(月) 14:00 ~ 16:10

講師のご紹介

RCC文化センター
7階 701号室

広島市中区橋本町5-11
☎082-222-2277



大段 淳義 先生

スポーツ（運動）を通して健康で元気な、
そして笑顔の溢れる社会を目指して日々
トレーニングサポート

- NSCA認定パーソナルトレーナー
- NSCA認定ストレングス&コンディショニングスペシャリスト

【主催】

一般財団法人 広島県社会保険協会

〒730-0011 広島市中区基町11-13 合人社広島紙屋町アネクス8F

TEL 082-224-1321

FAX 082-224-1330

事前に
お申し込みが必要です
参加の申込方法は
裏面をご覧ください

