

令和6年度 健康セミナー

疲れた身体を運動で リフレッシュ



身体が喜ぶ
リハビリ運動や
日々できる
リフレッシュ方法を
教えます♪



講師：藤原 信介
NSCAジャパン北海道
エリアディレクター

令和6年7月26日(金)

受付開始 17:30~
18:00~19:30

青年センター 体育室



江別市民限定 運動靴・運動着必須

申込期間 7月8日(月)~定員に達するまで

定員 50名 先着順

受講料 無料

▶市民体育館へ直接または電話で申込み

住所 野幌町9番地 TEL 384-5001

<問合せ> 一般財団法人江別市スポーツ振興財団 スポーツ振興課 事業係