

阿波踊りで楽しく寝たきり防止

～運動やダイエットが続かない方へ～

開催
日時

2019年12月17日(火)
13:30～14:30 (13:15受付開始)

内容

本当にダイエットしたい方、必見!!
阿波踊りで楽しく全身運動・ストレッチ。
ダイエットに必要な知識を分かりやすく
説明します。

講師

トータル健康スペース ドビヘス
柔道整復師・ホームヘルパー1級・トレーナー
三間 祥生氏

定員

15名 参加費用 **無料**

会場

京都信用金庫 下鴨支店
2階 コミュニティホール
京都市左京区下鴨西本町33番地
TEL(075)701-2141

本当に
ダイエットしたい方、
必見!!



※イラストはイメージです。



くわしくは窓口までお問い合わせください



京都信用金庫 下鴨支店

キリトリ線

ご参加申込書

フリガナ		電話番号
お名前	()	—
ご住所		

【お客様の個人情報のお取扱い】お客様からご提供いただいた個人情報(本書面の情報を含む)は、参加申込にのみ使用し、他には使用いたしません。