

おおつ健康講座 2019

大津市の健康寿命延伸に向けて
～いつまでも元気に楽しく生活するために～

ハチマル ニイマル

予防歯科 8020 運動と 生涯自分の足で歩くための貯筋[®]運動

平成31年 2月28日(木)

13:30～16:00(13:00より受付)

明日都浜大津ふれあいプラザ4階ホール

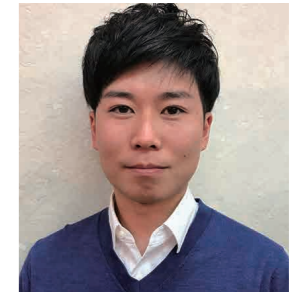
(〒520-0047 滋賀県大津市浜大津 4丁目 1-1)

参加費
無料

定員100名
※先着順



講師：野玉 智弘氏
野玉歯科医院
キッズデンタルスタジオ 院長



講師：上西 源和氏
明日都トレーニングルーム統括責任者、
健康運動指導士・ソーシャルフィット
ネスコーチ・貯筋検定員・歩き方検定員

- 対象者** どなたでも参加可能です
- 申込方法** 氏名・市区町村・電話番号を記入の上、FAX・E-mail・電話にてお申し込みください。
- 受付期間** 平成31年2月20日(木)まで
- 問い合わせ** 明日都トレーニングルーム
TEL：077-526-3003 FAX：077-526-3003
E-mail：info@otsu-training.com

- 主催 明日都トレーニングルーム 指定管理者 株式会社ビバ
- 協力 『野玉歯科医院』『健康医療産業推進機構 ソーシャルフィットネス事務局』
「におの浜ふれあいスポーツセンター」「大石緑地スポーツ村」「リバーヒル大石」
- 後援 『大津市』



京阪浜大津駅 下車 徒歩3分 / 浜大津バスターミナルから 徒歩3分
JR琵琶湖線：大津駅 下車 徒歩15分
○健康のため、ウォーキング・自転車での越しをおすすめします。