

覚えておくと便利！

肩スッキリ体操



日時

①または②か③の**いずれか**

にご参加いただけます。

9月11日(火)

参加無料

①14:45~15:45 開場 14:30

★9月11日(火)は、シャトルバスが運行しておりますのでご利用ください♪

9月22日(土)

②13:30~14:30 開場 13:15~

③15:00~16:00 開場 14:45~

会場

よこすか浦賀病院 2階ラウンジ

動きやすい服装でお越しください♪

講師

健康運動指導士

深澤 友樹



定員

各20名

要事前予約

事前予約開始日：**8月29日(水)**~



◆二次救急指定病院◆

☎お問い合わせ よこすか浦賀病院地域医療連携課

046-841-0922 (代表)

共催 一般社団法人横浜TKM