

健康寿命をのばそう!

# 正しい姿勢でウォーキング

日  
時

4月15日(土)

14:00~15:00 受付 13:45~

参加無料

※雨天決行(院内で内容を変更して行う予定です。)

会場

西浦賀みなと緑地 (通称: 親水公園)

よこすか浦賀病院正面!

飲み物をご持参ください♪

動きやすい服装、履きなれた靴で!

講師

健康運動指導士

根本 絢菜 他数名

定員

25名 事前予約制

予約開始日: 4月3日(月)~



今回は初の外での  
運動教室です!!



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