

管理栄養士による 筋トレ講座

予約制
参加費無料

を開催します！



テーマ

ラクラク筋トレ講座
～転倒予防に～



最近体力が落ちてきたと感じていませんか？

そんなあなたは筋力が落ちてきている可能性があります。腰痛・膝痛をお持ちの方も無理なくできる筋トレを紹介します。いつまでもしなやかに人生を楽しむために今から始めてみませんか？

開催日時(予約制)
9月13日(土)
14:30～15:00

健ナビ薬樹薬局 鶴見

〒230-0062 神奈川県横浜市鶴見区豊岡町6-9
サンワイズビル1階101号室
TEL 045-576-3331 FAX 045-576-3332
営業時間 月～金曜 9:00～19:00
土曜 9:00～17:00
定休日 日・祝祭日

参加ご希望の方は**店内スタッフ**またはお電話でご予約を！

(定員になり次第、受付を終了させていただきます)

ご予約はこちら



TEL 045-576-3331まで