

# 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・・・」という方におすすめの講座です。  
もしかすると筋力が落ちてきている可能性があります。いつまでもしなやかに  
人生を楽しむために腰痛・膝痛をお持ちの方も無理なくできる筋トレを当薬局  
の管理栄養士がお伝えいたします。

開催日時(予約制)  
7月2日(土)  
14:30～15:30

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)

☎ご予約はこちらまで ↓

TEL 042-720-9960

## 【開催場所】

健ナビ ● 薬樹薬局 成瀬

〒194-0045 東京都町田市南成瀬1-8-21

成瀬メディカルビル1階

TEL 042-720-9960 FAX 042-720-9961

営業時間 月・火・木・金曜 9:00～19:00

水・土曜 9:00～18:00

定休日 日・祝祭日

