

健康講話・リハビリ水中運動

横浜元気！！スポーツ・レクリエーションフェスティバル

今年も横浜元気を合言葉で9月23日～11月4日
市内で多くのスポーツイベントを開催しております。
旭フールでは、健康講座・水中運動(リハビリ)を開催致します。
日常生活で、腰痛や関節痛でお困りの方、是非ご参加して下さい。
お待ちしております。

講座 1

健康講話 9月27日(木) 午前9時15分～
リハビリ水中運動 10時15分～11時15分

講座 2

健康講話 10月8日(月) 午前9時15分～
リハビリ水中運動 10時15分～11時15分

参加費 1講座 500円

定員 15名

場所 講座は旭フール 1階 会議室
リハビリは 25mフール

持ち物 水着・水泳帽子・タオル
飲み物



申込み 前日までに旭フール受付へ予約願います。
参加費は当日受付へお支払い下さい。
申込み開始 9月10日(月)より受け付けます。

旭フール 電話 045-953-5010