

いつまでも 自分の足で歩こう

海の公園 体操教室

初回参加費

無料!

2回目以降¥500



申込

日時

7/7(火)

10:00~11:00

会場

海の公園管理センター内
ふれあいセンター
貸会議室

持物

動きやすい服装
飲み物 タオル

TEL.045-785-3525

[電話受付時間] 平日9:00~17:00

体力に不安がある方
運動したいけど何から
始めたらいいかわからない方
お気軽にご参加ください!

申込について

お申込みはLINEQRコードもしくはお電話にて行います。
QRコードの場合「金沢臨海サービス」を友達登録し配信されるメッセージ記載のURLから申込事項をご入力ください。

講師紹介

大手フィットネスクラブ
で10年以上勤務
現在も海の公園維持管理
スタッフとして従事しながら、
フリーランスとして運動指導を行う



遠藤聖和