

健康づくり教室のご案内

ステップ・インターバルトレーニングを
楽しもう!

H29年11月19日(日)・12月17日(日)

PM 1:30~3:30

2時間のメニューです

※無料

場所

働く女性の家 ゆいみなあ

住所:宮古島市平良字下里442

- 講師 和田芳勝氏 (健康運動指導士)
- 筋トレ
- 有酸素運動 等

※下記申込書に必要事項をご記入の上、FAXにてお申込み下さい。

参加申込書

参加日程 ①11/19(日)PM1:30~3:30 ②12/17(日)PM1:30~3:30

※参加希望日をご確認上、口に✓印をつけてください。

事業所名

参加者氏名

〒連絡先(職場 ・ 自宅)

TEL() -

主催

一般財団法人

沖縄県社会保険協会

FAX

098-861-2682

TEL

098-861-2681