

運動習慣
きっかけづくり



東京ほくと医療生活協同組合
健康づくり委員会主催

転ばん塾生徒募集

6月4日(火)より開始

毎週火曜日 午前10時～11時

2018年度転ばん塾の様子



★組合員参加費 ¥1000(全9回通して)

※参加費は初日にいただきます

日時：毎週火曜日 午前10時～11時

6月4日～7月30日 9回講座

場所：王子生協病院会議室（コープみらい2階）

講師：王子生協病院 リハビリ技師

内容：呼吸法・ストレッチ・足趾力・歩行など

定員：30名（定員になり次第終了となります）



こんな方におすすめ

- 運動習慣がない
- 気軽に運動がしたい
- みんなで一緒にやりたい
- 専門家に習ってみたい

<問い合わせ>

東京ほくと医療生協 組織部

TEL 03-3913-9100

転ばん塾2019 参加申込書

お名前

電話番号

ご住所

<申し込み>

FAX

03-3912-9333