

参加者大募集!

沖縄市

秋のウォーキング教室



姿勢が
変わる

講師：合同会社 LifeWave 理学療法士 金城 淳 氏

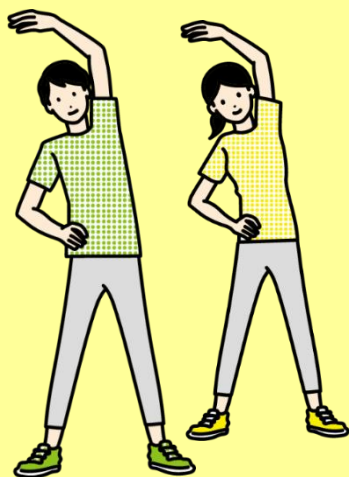
1クール(全3回) ウォーキング教室

〈時間は全ての回 受付 9:30~、開始 10:00~終了 12:00〉

1回目:11月13日(木)【農民研修センター】

2回目:11月20日(木)【農民研修センター】

3回目:11月27日(木)【市内予定(コースは教室で伝えます)】



対象者：沖縄市在住、在勤の方

定員：20名(応募多数の場合、抽選となります)

■ 準備するもの ■

運動しやすい服装、飲み物、タオル
運動シューズ(屋外)

申込方法：お電話またはQRコード

申込期限：10月24日(金)まで



申込・問合せ：沖縄市役所 健康福祉部市民健康課 健康推進係
TEL：939-1212 (内線 2241) メール：a47kenko@city.okinawa.lg.jp