



[はつらつ健康体操教室]

第14回

「美尻体操」

～お尻に効かせます～

講師 札幌市健康づくりセンター

運動指導士

[12月20日 木曜日 13:30～14:30]

- ・場所: いたうひろし内科・糖尿病内科クリニック 2階
- ・参加: 15名 (受付までお申込み下さい)
- ・持ち物: 動きやすい服装、飲み物、上履き、タオル
- ・参加費: 100 円(保険代として)

主催・お問い合わせ



いたうひろし内科・糖尿病内科クリニック受付

☎ 011-213-7593