

# シニア世代からの運動塾



最近、外出が減って運動不足になっていませんか？

専門家と一緒に健康な身体づくりを始めませんか？

対象：健康に関心がある方（50歳～）

場所：牛頸公民館 集会室

日時：5月2日 10時～11時

料金：500円(初回体験価格)

持ち物：動きやすい服装、飲み物



当日参加も可能！

毎週火曜日に実施予定

無料相談会あり(^o^)/

身体の悩み聞いてください

上大利公民館でもやっています(^^)

2023年4月からスタッフが増え、教室  
拡大に向けて 本格始動します！

【お問い合わせ・申込】

090-2962-0571(松田)

## 講師紹介



松田淳平

- ・理学療法士
- ・健康運動実践指導者

これから、大野城市を  
健幸な街にしていけます！