

岡山医療生協 妹尾支部主催

心とからだの 健康セミナーシリーズ

各回約60分

シリーズ第1弾 若さを保つ筋トレとストレッチ

参加
無料

開催：2025年2月26日(水)

時間：午後2時00分開始(午後1時30分開場)

3時00分終了予定

場所：岡山西ふれあいセンター第1研修室

岡山市南区妹尾880-1

※岡山医療生協の組合員さん以外でも気軽に参加いただけます。

※お気軽にご来場ください。予約不要です。ストッキング着用の方は測定が出来ません。

お問い合わせ先：岡山医療生協健康まちづくりセンター 電話：086-271-7880

