

姿勢良く歩こう!健康寿命ウォーキング

第1回 大蓮公園 体験会開催

参加費
無料

自分でできる、介護予防!!リハビリ!!
健康寿命ウォーキング体験会開催します。

7月28日(土曜日)

開催場所 大蓮公園 交流広場

大阪障害者交流センター前

集合時間 午前10時

用意する物 飲み物・帽子・タオル等

※体操・説明等含め30分程度で終わります。

レンタルボール
無料

雨天中止

※姿勢よく歩け、
体に優しい歩き方、
健康寿命ウォーキングを
体験しましょう。

今回、川原剛正先生が参加
しますので、足・腰・歩行
の悩み等の相談もしてい
ただけます。

ご友人やお知り合いの方も
お誘いあわせの上、ご参加
お待ちしております。



お問い合わせ

一般社団法人健康寿命世界—06-6748-0215(平日10-16時)