MIZUNO SPORTS SCHOOL

～けんこう教室～

らくらく膝痛教室

参加者募集中

参加者募集中

場　所	西猪名公園管理事務所　2階
日　時	8/26（土） ①10:00～11:30 ②13:30～15:00
受講料	500円（税込）※当日現金払い
定　員	各10名 (先着順)

■講師■
竹原大介（健康運動指導士）

■準備物■
・動きやすい服装、運動靴でお越しください。
・お飲み物とタオルをご準備ください。

■受付締切■
前日までにお申し込みください。

階段の上り下りや正座をすると痛む、椅子から立ったり座った際に痛みが走る…etc
そんな悩みを抱えている方、自宅でも無理なく簡単に行えるトレーニングを一緒に受講してみませんか？
測定器（フットナビ）を使用した足型測定（無料）も実施し測定ﾃﾞｰﾀを説明します。

※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する場合がありますので、あしからずご了承ください。

西猪名公園管理事務所
TEL：072-759-0785
〒666-0024　兵庫県川西市久代6-30-1
http://www.hyogo-park.or.jp/nishiina/

●営業時間　8:50～21:00
●休園日　年末年始
※ご不明な点がございましたら、公園事務所までお問い合わせください。

主催：兵庫県園芸･公園協会・ミズノ共同体