

2022年度  
第7回

参加  
無料



# 無料健康スポーツセミナー

## 「2022 上半期総集編」

～身体操作の基本と  
主要トレーニングについて～

日時

2022年  
10月23日 **日** 10:30-12:00

定員  
・  
対象

先着15名様 ※10月1日(土)より、窓口またはお電話にて  
お申込みいただけます。

どなたでもご参加いただけます

講師

藤田 洋一 (健康運動指導士)

ご予約  
お問い合わせ

香川県立総合水泳プール  
香川県高松市御厩町1585-1

TEL:087-885-3821