

2025年度



# 無料健康スポーツセミナー 「肩こり解消で体スッキリ」 ～肩周りの筋トレ＆ストレッチ講座～

2026年  
1月25日 日 10:30-11:30

日時  
・  
会場

総合水泳プール 会議室

定員  
・  
対象

先着15名様 ※1月4日(日)10:00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

竹中 誠之 (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