

みしまタニタ健康くらぶ

ウェルネスサポートの実施

からだカルテを使った効率的な健康づくりを個人的にサポートいたします。お一人10～20分程度のアドバイスをします。下記日程の日にお気軽に市民体育館までお越しください。



担当者 鈴木 孝典・杉山 静香（健康運動指導士）

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
					9:00 ～ 12:00	
3	4	5	6	7	8	9
9:00 ～ 12:00	13:00 ～ 17:00		9:00 ～ 12:00		13:00 ～ 17:00	
10	11	12	13	14	15	16
9:00 ～ 12:00	13:00 ～ 17:00		17:00 ～ 20:00	9:00 ～ 12:00		9:00 ～ 12:00
17	18	19	20	21	22	23
	13:00 ～ 17:00	13:00 ～ 17:00	9:00 ～ 12:00			9:00 ～ 12:00
24	25	26	27	28	29	30
13:00 ～ 17:00	17:00 ～ 20:00		9:00 ～ 12:00			13:00 ～ 17:00
31						

【お問い合わせ】三島市民体育館 987-7570