

ラジオ体操&健康づくり教室

(参加無料)



体力アップ!

ケガ予防!

介護予防!

寝たきり予防!

ラジオ体操スタンプを3つ集めて、ケガ予防や介護予防をご自分の力でスタートさせましょう!

先着30名様

「腰痛予防教室」

日時 5月24日(日)
14:00~15:00
会場 大阪プール 会議室

先着30名様

「転倒予防教室」

日時 5月25日(月)
9:00~9:45
会場 八幡屋公園 芝生広場
(雨天時大阪プール会議室)

先着30名様

「ケガ予防・体幹運動」

日時 5月25日(月)
10:30~11:15
会場 大阪プール 会議室

【お申込方法】

ラジオ体操時に公園スタッフにお申し出ください。

定員になり次第締め切らせていただきます。

【お申込受付期間】

5月18日(月)
~5月23日(土)

講師:ワイズ・アスリート・サポート

山本 晃永 氏

(日本体育協会公認アスレティックトレーナー・
全米アスレティックトレーナー協会公認
アスレティックトレーナー)

大阪プール会議室場所:



【持ち物】

ラジオ体操スタンプカード
(スタンプ3つ以上のもの)

【お問合せ】

06-6576-3460

主催: スポーツパーク八幡屋活性化グループ
運営: (一財)大阪スポーツみどり財団