

「運動」「健康」のよろず相談窓口が9月3日(水)10時オープン!

運動の相談窓口

日時 毎週水・金曜 第2土曜、第4日曜

会場 スポーツセンター 入ってすぐ右

こんなお悩みありませんか

- 最近体の調子がよくない
- ちょっとカラダを動かしたい
- おススメの運動を知りたい
- おしゃべりしたい など



窓口でできること

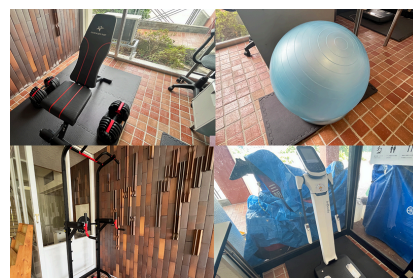
- 体組成計で正確な身体測定
- マンツーマンでの運動指導
- 友人とのお話の場としての利用



こちらが目印



室内はこんな感じです



各種運動器具あります

問合せ先 地域おこし協力隊 菅野 27-1156 または 43-3506

裏面もあります⇒

スケジュール

2025

9 September

sun mon tue wed thu fri sat						
	1 休み	2 休み	3 10:00~15:00	4 休み	5 10:00~15:00	6 休み
7 休み	8 休み	9 休み	10 10:00~15:00	11 休み	12 10:00~15:00	13 10:00~14:00
14 休み	15 休み	16 休み	17 10:00~15:00	18 休み	19 10:00~15:00	20 休み
21 休み	22 休み	23 休み	24 10:00~15:00	25 休み	26 10:00~15:00	27 休み
28 10:00~14:00	29 休み	30 休み				

※状況により急遽変更となる場合がございます