

第2回 終活セミナー 健康について

プロのパーソナルトレーナーから学ぶからだココロの

一生ものの ボディメイク

先着20様

※申込が必要です
※お申込多数の場合は、先着順とさせていただきます。

<講師> … ・白石 祐介 氏
【パーソナルトレーナー】



・大北 由里子 氏
【エンディングノート認定講師・終活ガイド検定認定講師】

<日時> … 令和 4年 10月 1日 (土)
13:00 ~ 15:00 (受付 12:45~)

<会場> … 文化財棟 2F交流スペース
三好市三野町芝生1039

<準備物> … 飲物・タオル・運動のできる服装、くつ

<受講料> … 無料
※幅広い年齢の方のご応募をお待ちしています※

お問合せ・お申し込み
三野公民館 TEL 77-2248