

女性のための ヘルスケア教室

リハビリテーションセンターの女性スタッフと一緒に身体を動かしてみませんか？
運動をしたいけど始めるキツカケがない、なかなか続かないという方…
当院を受診していない方や初めて参加される方も大歓迎！☆

5月20日(水)
ウォーキング



8月19日(水)
姿勢について



11月18日(水)
ストレッチ



2月17日(水)
ながらエクササイズ



【時間】13:30~14:30

【場所】済生会松山病院 2階 リハビリテーションセンター

【参加費】無料

【持参物】運動できる服装、運動靴、タオル

【参加申込】リハビリテーションセンター受付もしくは電話での予約申込

【問い合わせ】済生会松山病院リハビリテーションセンター TEL:089-951-6111(代)まで