

第51期 網走市民大学 第5講座

筋肉は裏切らない！

100歳まで歩ける体づくり



順天堂大学 スポーツ健康科学部 教授 谷本道哉 氏

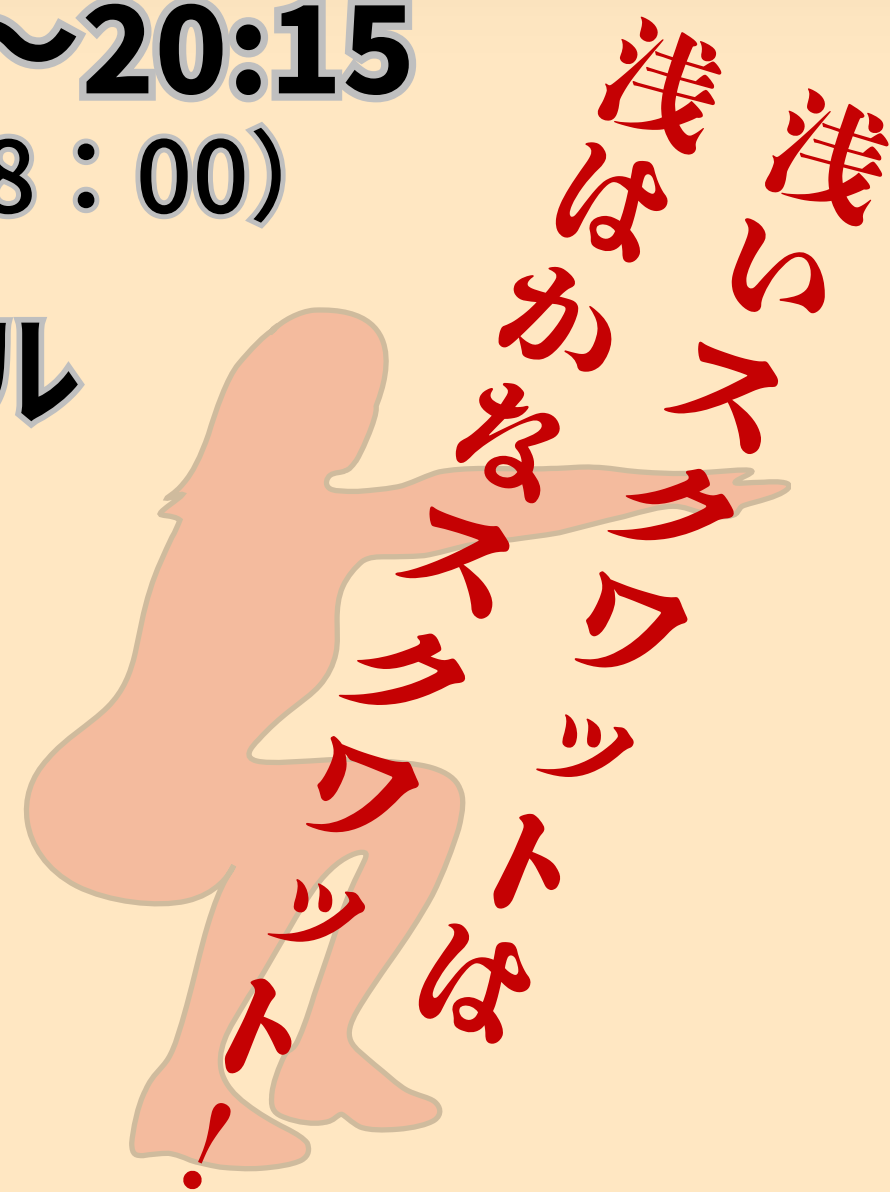
🏋️ とき **10月30日 (金)** 18:30～20:15
(開場18:00)

🏋️ 会場 **エコーセンター エコーホール**

🏋️ 対象 **どなたでも**

＊未就学児の入場はご遠慮いただいています

🏋️ 受講料 一般 1,000円 大学生 500円
高校生以下無料



人生100年時代の動けるからだ作りのヒントを
ぜひ会場で体感しましょう！



お申込みはこちら



お問合せ 網走市民大学事務局 0152-43-3705

