運動と食のコラボ企画 第5弾

9/19（火） 敬老の日

運動不足解消・体の痛みがある方も
安心できる運動をご紹介します！
運動後はみんなで栄養満点のご飯も★

担当
阿部

8/21（月）～申込開始〈締切9/10（日）〉

場所
だて歴史の杜
食育センター

参加費
1,500円
（当日支払い）

対象
60歳以上

時間
10：00-12：00

定員
20名

持ち物
運動しやすい服装
飲み物・タオル・マット
（マットは貸出可）

ご予約の際は、お電話またはプールフロントへ
伊達市温水プールTEL　0142-25-8300
〒052-0012　伊達市松ヶ枝町34-1