

～むりのない筋トレで 代謝アップ～

2月19日(木)
9:30～11:30

場 所…上野毛地区会館大会議室
(中町2-33-11)

参加費…**50円** (傷害保険料)

募 集…**抽選で24名** (上野毛・野毛・中町在住の方優先)

(参加可否は、2月6日(金)頃に下記のとおりお知らせします。

オンライン申請…メール 電話での申し込み…はがき)

講 師…世田谷区保健センター運動指導員
その他…体成分の測定を実施します。

1月20日(火)から2月1日(日)までに、

2次元コードからお申し込みください。 (Logoフォームに遷移します)

申し込みはこちらから→



URL
<https://logoform.jp/form/JqMJ/1303809>

オンラインでの申し込みが難しい場合は、せたがやコールでも受け付けております。下記の番号へお電話ください。

電話番号 03-5432-3333

受付時間 年中無休 午前8時から午後9時