

新着情報 (No.72/2015 年度)

H27. 10. 30 女性部会健康づくりセミナーを開催しました

日 時 10月30日(金) 10:00~12:00
場 所 美園会館集会室
参加者 美園地区女性部会 ほか 35名

毎年恒例の女性部会健康づくりセミナーが開催されました。

講師は、松田整形外科記念病院のメディカルフィットネス「C-Link」アシスタントトレーナーの森脇 睦氏。

参加者は、日ごろの疲れや身体のこりを解消するための運動を楽しく行い、笑顔で心地よい時間を過ごしました。

佐々木部会長の挨拶



笑顔の素敵なむつみ講師



気持ちのいい
汗を流しました！



タオルを使って
右、左

最後はみんなで
ストレッチ♪

