

# 姿勢を改善！！

## ウォーキング講座



良い姿勢で正しく歩くことは「健康」に繋がります。  
「美」と「健康」を兼ね備えたウォーキングで老若男女問わずどなたでも気軽にご参加いただけます。  
今日から「健康」に！  
そして「美しく」！

日時：9月3日（日） 9：15～10：45

場所：神戸市立西体育館 体育館

参加費：500円

持ち物：動きやすい服装・靴

対象：どなたでも

定員：20名

申込：8月8日（火）～8月27日（日）

先着順

方法：窓口・電話

