

～丘の上の体操教室のご案内～

当院では地域住民の皆様の介護予防活動、健康活動の一環として体操教室を開催することになりました。

皆様で気持ちいい汗をかきませんか？
皆様の参加をお待ちしております !!!



時間

毎週金曜日 10時30分～11時30分（受付 10時15分）

場所

香椎丘リハビリテーション病院 1階 リハビリ室内

内容

よかトレ・ストレッチ体操・リズム体操など

準備物

動きやすい服装、屋内靴、飲み物、タオル

対象者

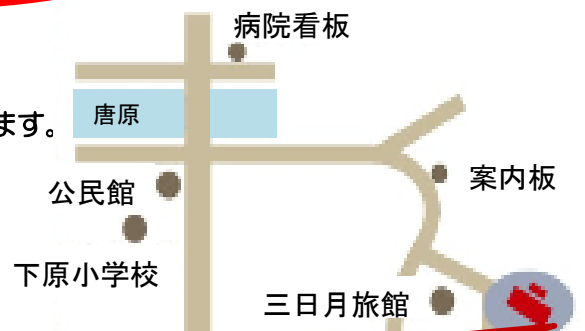
60歳以上の方（男女不問） 運動に興味のある方、大歓迎 !!
心臓や関節が悪い方、医師から運動制限がある方は事前にお電話でご相談下さい

当日 参加 大歓迎 参加費 無料

- ※ 当院に来られましたら、担当スタッフが受付でお待ちしています。
- ※ 初回参加される方は、問診と体力測定を実施致します。
- ※ なお、体調が優れない場合は参加が難しい場合がございます。

【問い合わせ先】
香椎丘リハビリテーション病院
リハビリテーション科・三浦
地域医療連携室・藤 まで

TEL : 092-662-3200



香椎丘リハビリテーション病院