

中野区産業振興センター 健康セミナー

ワーカー向けカラダケア カラダケアエクササイズ

イベントページQRコード

日々の業務時の身体姿勢や仕事環境など、身体に影響を及ぼしやすい習慣を少しでも軽減できるよう、様々な視点から生活習慣の改善につながる運動プログラムを提供します。



開催日時

11月14日 (土)
10:00～11:00

会場

中野区産業振興センター
地下1階 多目的ホール

定員

先着 15名

対象

中野区在住の勤労者、
または中野区内にお勤めの方

費用

無料

お申込み

お申込み期間：10月14日(水)～11月11日(水)

必要事項をご記入の上、下記メールアドレスへお申込みください。

【お申込み用メールアドレス】

info_nakanosansin@nakano-sanshin.com

【必要事項】

- ◇ お名前
- ◇ ご連絡先（お電話番号とメールアドレス）
- ◇ ご職業
- ◇ ご希望の講座名と開催日

お申込み用アドレス
QRコード



QRコードを読み込むと
メールアドレスが自動で
入力されます



 **TAC** 東京アスレティッククラブ

【講師】 東京アスレティッククラブ講師

【主催】 中野区産業振興センター
マネジメント共同事業体