

指定管理者
7月期事業

女性のための栄養学 & トレーニング教室

～ 健康美人を目指して健康的な
身体づくりを始めましょう～

2023年

7月6日 木 10:00～12:15

- 対象 女性（16歳以上）
- 参加費 1000円（※当日会場にて徴収します）
- 内容 女性の体に合わせた栄養学と運動の両面からアプローチをして健康的な身体づくりを行います
- 講師 高水 秀美（管理栄養士）
坂田 恵（健康運動指導士）
- 会場 住友金属鉱山アリーナ青梅 第1会議室
- 持ち物 筆記具・運動のできる服装（スカート・ジーパンは不可）
室内用シューズ
- 定員 30名（先着・女性）
- 申し込み 6月15日（木）から住友金属鉱山アリーナ青梅のホームページで（<https://www.omesports.net>）
- ※詳細についてはホームページをご覧ください。



住友金属鉱山アリーナ青梅指定管理者
青梅市スポーツ施設運営パートナーズ

お問い合わせ

TEL: 0428-24-7721