

2019年度 広島医療生協
亀山支部 支部総会



日時：5月20日（月）午前10：00～
場所：虹山会館（亀山南5丁目34-1）
講師：佐々木トレーナー
「誰でもできる腰痛体操ストレッチ」

広島医療生協・亀山支部の組合員のみなさんへ

2018年度の1年間のまとめ、2019年度の方針の確認後、講師の先生を迎えてみんなで「腰痛体操ストレッチ」を習います。

年齢を重ねるにしたがって体の節々が痛くなってはいませんか？
今回は簡単に誰でもできる腰痛体操ストレッチを教わりましょう。
もちろん腰以外の部位にも効く体操をしますのでぜひお気軽にご参加ください！

参加無料



【お問い合わせ】

亀山支部 北村 814-8936

広島医療生協 健康まちづくりセンター 尾形 879-8124