

みんな元気!さがみはら
木下先生の

横山地区市民健康まつり

「心にクスッと、笑いと運動」
～運動を楽しんで、
笑顔で代謝アップ
身体にやさしいストレッチ～

◆日時 **6月9日(日) 午前10時～正午**

◆会場 横山小学校 体育館

※駐車場はありません。徒歩または自転車でお越しください!



Yuichi Kinoshita

健康運動指導士
アスリートメンタルアドバイザー
プロフェッショナルトレーナー

「参加者と現場で一緒に走りながら笑いを届ける熱き運動&メンタル&救命処置の専門家」としても全国で活躍されています。

- ◆対象 自由 お子様の参加も可
- ◆持ち物 飲み物、体育館シューズ、タオル等
- ◆服装 ジャージなど運動しやすい服装で
- ◆申込み 5月12日(日)～6月2日(日)まで

先着50名程度

※公民館窓口またはお電話でお申込みください

- ◆講師 日本体操研究所 救命総括責任者
木下 祐一 氏
- ◆主催 横山地区市民健康まつり実行委員会
- ◆問合せ 相模原市立横山公民館

TEL 756-1555

※状況により、変更・中止になる場合があります。
あらかじめご了承ください。



当日の事業の様子を、横山公民館報やホームページに掲載する場合がありますので、ご了承ください。