

春のインターバル速歩



無料

体験会

3/1 (土)

午後 1:00~3:00

ゆめひろば庄内・大会議室

〒390-0827 松本市出川 1-5-9

3/13 (木)

午後 1:00~3:00

松本市 柔剣道場

〒390-0811 松本市中央 4-7-28

🌸 インターバル速歩の効果について

🌸 ウォーキング指導

🌸 熟大メイト・インターバル速歩体験

ご家族やお友達をお誘いあわせの上、
ぜひ、ご参加ください。



NPO 法人 熟年体育大学リサーチセンター
松本事業所 TEL: 0263-40-3020 古箆