



春の インターバル速歩

無料

体

験

会



3/5 (月)

午後 1:30~3:00

南部体育館

松南地区公民館 (なんなんひろば) 南側

(体育館用シューズ、飲料をご持参ください)



ウォーキング指導



熟大メイト・インターバル速歩体験

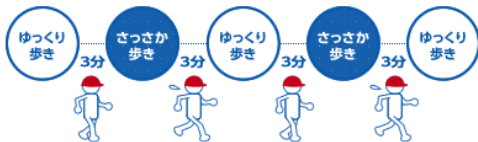


自身の持久力を測定するミニ体力測定

ご家族やお友達をお誘いあわせの上

是非ご参加ください。

熟大メイト



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 古舘