

四條畷学園大学リハビリテーション学部 共催

何もしなければ年齢と共に衰えていく筋力の
強化・維持の運動を学びます

運動 セミナー

参加費
無料
40歳以上
対象



2025年

12月13日 土 9:30-11:00

会場 ■ 多目的室1 定員 ■ 12人 (11/24 (月・祝) 開催 身体機能測定を受けられた方優先)

講師 ■ 本田 寛人さん (四條畷学園大学リハビリテーション学部 准教授)

服装・持ち物 ■ 動きやすい服装・筆記用具

申込・問合せ

☎ 072-876-7011 ✉ info@rekisupo@com

大東市立歴史とスポーツふれあいセンター

〒574-0015 大東市野崎3丁目6-1