

八幡市健幸 **マルシェ**

11月11日(土) **雨天決行**

11月12日(日)

午前 10:00 時開始 ▶ 午後 2:00 時終了

場所: **生涯学習センター**

催し物

11日(土)

●カラダいろいろ測定会

血管年齢測定と野菜の過不足を測定するベジチェックを実施!

1階会議室1

●今からはじめる筋トレ講座体験会

来年1月に同会場で実施予定のセラバンドを用いた筋トレ講座の体験会!

2階会議室2

12日(日)

●カラダいろいろ測定会

血管年齢測定と野菜の過不足を測定するベジチェックを実施!

2階市民活動コーナー

●ご近所筋トレ体験会

セラバンドや椅子を利用して実施する市の筋トレ事業の体験会!

2階会議室2

※本イベント用の駐車場はございませんので、公共交通機関をご利用いただけますようお願いいたします。

※本事業は「八幡市生涯学習フェスティバル」内で実施させていただきます。フェスティバルの催し物の合間や待ち時間にご参加いただき、ご自身の健康状態を確認しましょう。