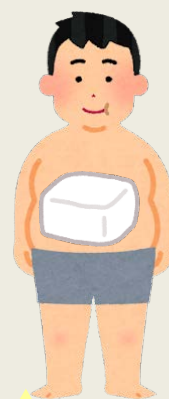


筋肉と脂肪

について2



筋トレでやせるの？



腹筋トレーニングでお腹の脂肪は減るの？

●昨年引き続き、今年もやります。
12月は筋肉と脂肪について学びましょう！！

●1万件の体組成測定で見えてきたこと、
気づいたこと。

(前回と内容は重複します。その場での簡単な実技もあります)

* マスク着用をお願いいたします。

- ・期日: 令和6年12月23日(月)
- ・受付: 13:30~
- ・講演: 14:00~15:00
- ・料金: 1000円
- ・講演者: 理学療法士
- ・場所: 関東労災病院
総合研修センターB館



皆様のご来場をお待ちしております。予約制となります。お電話でお申し込み下さい。

予約・お問い合わせ先: 関東労災病院治療就労両立支援センター
TEL: 044-434-6337 FAX: 044-434-6338