



～高齢者向け健康プログラム～

3月24日(火)

10:00～11:30

中央公民館 3階 市民ホール

健康寿命を延ばすための実践的トレーニング『松本メソッド』を体験しませんか？

これからの10年、20年後の健康の質がきっと変わります！

高齢介護課による制度の解説もあります。

定員：50名(先着)

対象：概ね60歳以上の方

申込：3月3日(火)午前11時から

電話、FAX、または公民館窓口へ

電話：075-951-1278

FAX：075-955-4774



クラブコング株式会社
代表取締役

松本 整

競輪選手として活躍したのち、指導者、研究者としてトップアスリートをサポート。多数の種目の強化・医科学スタッフとしてオリンピックにも同行。