

開院5周年(通算33周年)記念

インターバル速歩講演会



歯も体も健康で毎日を笑顔で過ごせるようになりませんか？

テレビ「ためしてガッテン！」
でも放映された
インターバル速歩って
何？

体力が20%アップ

高血圧、糖尿病など
生活習慣病の改善

うつにも効果が?!

運動後の乳製品
摂取で筋肉の
補修&増強

熱中症予防にも
効果が!

日時 2017年9月9日(土) 午後13時30分～15時

会場 大村公民館大集会室 焼津市大覚寺3丁目5-5
* 駐車場に限りがあるため、お車の乗り合わせにご協力をお願い致します。

先着
100名様

主催 医療法人社団仁会 伊東歯科医院

講演

インターバル速歩について

講師 能勢 博先生(信州大学大学院医学系研究科教授)

実技

インターバル速歩実技ミニ講座



参加をご希望の方は下記よりお申込みください。

TEL 054-627-4696

大村公民館への問い合わせはなさらぬようお願いいたします。

医療法人社団仁会 伊東歯科医院 〒425-0071 焼津市三ヶ名1249-1