



横浜市北倫理法人会

Webモーニングセミナー

地域活性化のポイントはトップの意識改革から・・・
モーニングセミナーに参加してみませんか？

演題

在宅で運動不足になりがちな 身体をリフレッシュ！

座っている時間が増え、目の疲れや足腰の
衰えによる不調を解消しましょう

講師

金子 由美 氏

フィットネス・パーソナルトレーナー



令和2年 6月20日(土) 午前 6時30分～7時30分

日時

Zoom での開催となります

参加方法などは県事務局(Tel045-315-2433)または
単会担当者にお問い合わせください