

みどりのプール健康セミナー

参加費無料

# 「健康とスポーツの科学」

2026年

6月27日(土) 10:30~11:30

会場:みどりのプール 会議室(つくばしみどりの南14-1)

こんな方におすすめです

体重が心配  
持病がある

水中運動に  
興味がある

日常生活での簡単な運動方法  
や食事の事などためになる  
情報から、水中運動の効果  
まで聞けます！



つばきもと しょうぞう  
講師 **椿本 昇三**

筑波大学名誉教授  
NPO法人 つくばアクアライフ研究所 理事

申し込み  
問い合わせ

6月25日(木)午後8時までに  
電話またはみどりのプール受付に直接お申込み下さい  
電話 029-896-6870

定員

先着30名

