

パロマ瑞穂スポーツパーク

Paloma Mizuho Sports Park



スポーツにおける障害と予防

『スポーツ（山登りなど）で注意すべき障害や鍛えておきたい部位を知ろう！！』

ハイキングを楽しんだりトレッキングに挑戦したりと自然を感じながらスポーツを楽しむ方のために、注意したいことや鍛えたい身体の部位について一緒に学びましょう！

＊＊末永く健康で色々な所に出かけましょう＊＊

◎日	時	12月14日(水) 10:00~12:00
◎定	員	20名
◎対	象	一般
◎講	師	井戸田整形外科院長 亀山 泰先生
◎受	講 料	500円
◎申	込方法	12月13日(火)までに 電話・FAXで受付(定員になり次第締切)



467-0011

名古屋市瑞穂区萩山町三丁目68番地の1

パロマ瑞穂スポーツパーク(管理第2係)

「スポーツにおける障害と予防」係

TEL 052-836-8210

FAX 052-836-8211

(指定管理者：(公財)名古屋市教育スポーツ協会)

※この印刷物は古紙パルプを含む再生紙を使用しています。



パロマ瑞穂スポーツパーク
管理第2係はここです。