

資料提供

平成31年 4月11日



担当課	スポーツ振興課
担当者	福井
電話	(073) 435-1364
内線	3052

「チャック ウィルソン」さん 来和！

タレントで、フィットネスコーディネーターとしても1970年来日以来、健康維持・向上のための運動指導など、フィットネスの普及をされている「チャック ウィルソン」さんが、チャック体操プログラムディレクターの木山真由子さんと和歌山市役所に来られ、日頃運動不足だと感じている方、激しい運動が苦手な方、シニアの方にもできる『Chuck Taiso (チャック体操)』を紹介してくれます。

- 1 日時 2019年4月19日(金) 17:30~19:00
- 2 場所 和歌山市役所 本庁舎14階 大会議室
- 3 内容 誰もができる健康体操の紹介
- 4 参加料 無 料
- 5 定員 70人程度
- 6 お問い合わせ先
チャック体操プログラムディレクター
木山 真由子さん

※ 体操と一緒にされる方は、運動しやすい服装・靴でお越しください。

※ 見学だけでお越しいただいても結構です。