

丸子中央病院 市民公開講座



平成30年度
第5回

全国的に広く普及しつつある
インターバル速歩。
栄養補助食品とスマホアプリの
併用によってさらに大きく
飛躍しようとしています。

インターバル速歩
全国へ発進



最新情報

— 講演会 —

10歳若返る! <後半>

インターバル速歩

— 全国普及に向けての新展開 —

日時：2019. 3/23(土) 午後2時～
午後3時30分

場所：丸子中央病院 1Fエントランスホール

入場無料

<前半>

「笑う門には福来たる」

人生に困難は付きもの。崖っぷちに陥っても捉えかたや
考え方で「これでよかった」と思えるものです。
1度きりの人生! めいいっぱい楽しみませんか



あらまき ようこ

講師 荒巻 陽子氏

PSA 公認プロスノーボーダー
スマイルスノーボードスクール 代表



講師(考案者)

信州大学
学術研究院医学系

特任教授

のせ ひろし
能勢 博 先生

後援：上田市 東御市 長和町 青木村

主催 / お問合せ先

特定医療法人 丸山会 丸子中央病院
長野県上田市中丸子1771-1

電話：0268-42-1136 (直通)

経営企画課：北澤・安藤・田中

