

参加無料
要予約


～体重コントロールのカギ～ カロリーについて考えよう

2024年

5月30日(木)

14:00～14:45

★体重を**増**やしたい! 

★体重を**減**らしたい! 

体重コントロールについて

カロリーの視点から考えます

場 所 いしかわ総合スポーツセンター 体力測定室

参加費 **無料**

定 員 15名 (先着順)

※ご予約はトレーニングルームカウンターもしくはお電話にて、お申し込みください。定員になり次第、受付を終了させていただきます。

TEL 076-268-2420



公益財団法人
北陸体力科学研究所 管理栄養士
中崎 衣美

ISC教養講座とは?

県民の皆さまに対し、健康づくりの意識を高めるための情報発信の場とした公開講座です。参加無料。

いしかわ総合スポーツセンター

〒920-0355 石川県金沢市稚日野町北 222 ☎076(268)2222

【開館時間】9:00～22:00 【休館日】年末年始(12/29～1/3)

<http://www.ishikawa-spc.jp>

いしかわ総合スポーツセンター

検索

館内情報や
イベント情報
配信中!



メルマガ



Facebook



Instagram

指定管理者 石川県スポーツ協会グループ [(公財)石川県スポーツ協会、(公財)北陸体力科学研究所、石川県ビルメンテナンス協同組合]