

2025년 상반기



운동교실 모집안내



신청대상 중구 주민 *세부 내용은 아래 표 참고

신청기간 ~ 2025. 3. 7.(금) 까지

운영기간 2025. 3. 19.(수) ~ 6. 27.(금)

운영장소 중구보건소 3층 대강당 (참외전로 72번길 21)

접수방법 ① 방문 : 중구보건소 2층 통합건강실 (참외전로72번길 21)

② 전화 : ☎ 032. 760. 6039.

프로그램명	운영시간	대상	정원
뱃살 타파! 근육업(up)! 운동	수·금 (10:00 ~ 10:50)	체질량지수(BMI) 23kg/m ² 이상	20명
활짝웃고, 활짝퍼는 실버요가	수·금 (11:00 ~ 11:50)	60대 이상	20명

* 모집은 선착순으로 마감되며, 공휴일(6/6 현충일)은 운영되지 않습니다.

* 프로그램 참여자는 사전/사후 체성분(인바디)을 필수로 측정해야 됩니다.