



# *Web Contents*

---



2024년 05월 06일 02시 37분



## 보건소와 함께하는 S라인 몸짱! 운동 건강교실 회원 모집

2011.02.22 조회수 198 담당부서 보건사업과

### 보건소와 함께하는 S라인 몸짱! 건강 운동교실

#### 1 프로그램 개요

- ☑ 기간 : 2011. 3. 22(화) ~ 6. 9(목)
- ☑ 장소 : 보건소 회의실
- ☑ 대상 : 목포시민 선착순 40명
- ☑ 운영방법 : 12주 주2회(매주 화, 목요일 10:30 ~ 11:30)

#### 2 수강생 모집

- ☑ 신청방법
  - 보건소 방문 → 신청서 접수 및 프로그램 시작전 기초검사, 신체계측 및 체력측정
  - 혈압, 혈당, 콜레스테롤, 중성지방 검사
  - 체성분, 근력, 유연성 검사 후 혈액검사 등
- ☑ 사업내용
  - 영양교육 : 24시간 회상법 식이관리 및 상담
  - 운동교육 : 주 2회 체조교실 운영

3 문의 : 보건소 건강증진담당 ☎ 270-8704



첨부파일

전체(zip)다운로드

S라인 몸짱.JPG (527 hit/ 200.3 KB) ↓

미리보기



***MokPo - Si***  
***Web Contents***

