

우리동네 건강 H.U.B.

참여자 모집 (Health Up, Better!)

우리동네 건강HUB란?
지역 건강격차 해소와 건강생활 활성화를 위해
기존 체육관의 유휴시간을 활용하여
지역별로 구축된 맞춤형 통합건강중심지입니다.



모집기간

2024. 4. 8.(월) ~ 선착순 마감

진행일시

2024. 5. 8.(수) ~ 2024. 7. 31.(수)
매주 월 / 수 / 금 10:00~11:00

프로그램

건강허브1호점

건강허브2호점

장 소	프로그램	인원
동남태권도	근감소증 예방운동 (30~50대)	20명
학사태권도	90일 근력운동 완성 (30~50대)	20명

지원내용

무료!

- 건강체크 (혈압·혈당·콜레스테롤) 및 상담
- 매주 다양한 운동프로그램 진행

지원방법

연수문화포털 온라인 접수
▶ 우측 QR코드 카메라로 인식!

