



# 『제2기 내 몸이 원하는 건강 운동 교실』

## ○ 운영내용

프로그램명	대상자	기간	시간	정원
건강운동 교실	체지방률 30%이상 성인 또는 고혈압, 당뇨병, 고지혈증 성인	8.5~9.20	09:00~09:50 (월, 수, 금)	20명

- 대 상 : 팔달구 주민 중 체지방률 30%이상으로 비만 관리를  
요하는자 또는 고혈압, 당뇨병, 고지혈증 환자
- 접수기간 : 2019. 07. 15(월) ~ 07.26(금)(오전10시~ 오후5시)  
**미 참여자 우선 선발, 정원 마감 시 접수 종료**
- 운동기간 : 2019. 08. 05. ~ 09. 20. (월, 수, 금 오전 09:00 ~ 09:50)
- 운영장소 : 팔달구보건소 대강당(3층)
- 신청방법 : 방문접수 (팔달구보건소 1층 운동처방실)
- 기타사항 : 사전/사후검사 실시 (체성분 측정), 영양, 심뇌혈관질환교육 실시
- 문의사항 : 팔달구보건소 운동처방실 ☎ 228-7801



## 팔달구보건소 건강증진팀