





얼리케어 (Early Care) 상반기 참여자 모집



뱃살...
제발 떨어져!!!





#복부비만 #탈출하자 #할수있다

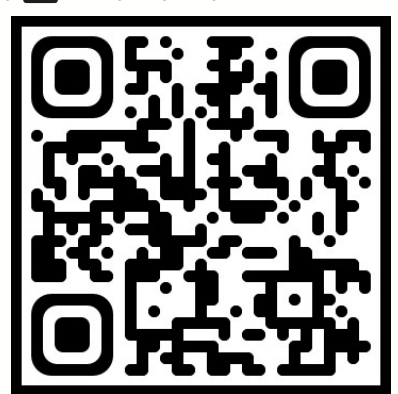
운영 안내

-  **운영기간** : 2025. 2. 12. ~ 4. 16. 매주 수요일 10:00~11:00
-  **운영장소** : 홍제마을활력소 1층 다목적실 (통일로 483)
-  **운영대상** : 서대문구 지역주민 성인 (20세~64세)
 - ※체질량지수(BMI) 23 이상 우선 접수
 - ※상반기 참여자는 하반기 얼리케어 참여 제한
-  **운영내용** : 건강체중관리를 위한 비만(1회)·영양(1회)·운동(8회)교육
사전, 사후 체성분 검사는 필수참여 입니다.

선착순
25명

신청 안내

-  **신청기간** : 2025. 1. 27.(월) 오전 9:00 ~ 마감 시까지
-  **신청대상** : 25명 ※ 선착순 신청
-  **신청방법** : 온라인 신청
※서대문구청 홈페이지 가입 → 통합신청
-  **문의사항** : ☎ 02-330-1831(체력측정실)



신청 바로가기