

めじろ台ノルディックウォーク教室

令和5年<7月~9月>開催日程

2本のポールを使って姿勢よく若々しく歩く、それがノルディック・ウォーキングです。初めての方、足腰に不安のある方、是非ご参加ください。



日時・場所

※開催する月によって集合場所が異なりますので、ご注意ください。

7月22日(土) 10時~11時30分

場所:万葉公園

8月は 熱中症対策のため休止

9月23日(土) 10時~11時30分

場所:向原公園

初めての方、足・腰に不安のある方大歓迎

※事前申し込み不要

用意するもの:運動しやすい服装、靴、タオル、飲み物

参加費:100円(ポールもお貸しします)

指導員:木野田、笹淵・他

問い合わせ:木野田

TEL:090-3810-2269

地図

【万葉公園】



【向原公園】

共催:めじろ台まちづくり協議会
高齢者あんしん相談センターめじろ
NPO法人 ヒューマンサポートネット