

めじろ台ノルディックウォーク教室

令和5年<4月~6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。

4月22日（土） 10時～11時30分

場所：万葉公園

5月27日（土） 10時～11時30分

場所：めじろ台南公園

6月24日（土） 10時～11時30分

場所：万葉公園

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】



【めじろ台南公園】

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