

100歳になっても元気に歩こう！

ノルディックウォーク 体験会

ポールを使ったストレッチやノルディック
ウォークを体験してみませんか？



11月4日 土 10:00~11:30

【集合場所】 益城町交流情報センター・サンジ像前 **9:30~**

* 雨天時は益城町総合体育館サブアリーナ

【場所】 益城町交流情報センター周辺の屋外
* 雨天時は、益城町総合体育館サブアリーナ

【スタッフ】 『益城ノルディック・ウォーククラブ3715』

【人数】 30名まで（要事前申込み・当日受付可）

- ・当日は歩きやすい服装でお越しく下さい。水分持参
- ・ポールは貸し出します



申込フォーム

