

ウォーキング教室開催！

◇◇◇自然を感じながらウォーキングしましょう◇◇◇

場 所：一つ森公園内の散策路(雨天の場合は体育館内orテラスで行います)

※当日は動きやすい服装、履き慣れたシューズ、内履き、汗ふきタオルを持参

日 時：令和8年9月28日(月)

午前9:30～11:00

※一つ森コミュニティ体育館に午前9:15まで集合

定 員：20名

申込期間：令和8年9月5日(土)～

※申込受付時間は午前10時00分から午後4時まで
定員になり次第締め切ります。

講師 安 田 みどり(スポーツプログラマー)

ANCS認定エアロビクス/JHCA認定フィジカルコン/JCCA認定ひめトレ

予約、問合せ

一つ森コミュニティ体育館

電話：018-831-8300