

毎月第2木曜日開催

ノルディックウォーキングクラブ



「ノルディックウォーキングをやってみたい！」
 「定期的に楽しく歩きたい！」という方向けの活動です。
 初めての方、大歓迎です！継続して楽しく歩きましょう！

令和5年

日 程： 4月13日(木)
 5月11日(木)
 6月8日(木)
 7月13日(木)
8月お休み
 9月14日(木)

10月12日(木)
 11月9日(木)
 12月14日(木)
 令和6年 **1月お休み**
 2月8日(木)
 3月14日(木)

時 間： 午前10:00～11:30 小雨中止

集合場所： いずみ中央地域ケアプラザ

対 象： おおむね65歳以上の方

参加費： 無料

持ち物： 汗ふきタオル・飲み物



※ 両手の使えるバッグ(リュック等)でお越し下さい。

お申込み・お問い合わせ先
 いずみ中央地域ケアプラザ



805-1700