

～モルックを体験しよう!～



フィンランド発祥のニュースポーツ「モルック」を体験してみませんか?モルックは木の棒を投げて得点を競うニュースポーツです。体を程よく動かしながら、得点計算もするため**脳トレ**にも繋がります!仲間と笑顔で交流できるのも魅力です。健康づくり仲間作りに、ぜひご参加ください!

日時

2026年 **5月11日** 月  
14:00~15:00

場所

**本牧原地域ケアプラザ**  
(多目的ホール)

講師

**横浜市スポーツ協会**  
**富田先生**

持物

**動きやすい服装**  
**水分補給飲料**



定員

先着10名様限定 **申込** 5月1日~電話または来館にて



参加費  
**無料**

お申し込み・お問い合わせ先



**横浜市本牧原地域ケアプラザ**

横浜市中区本牧原6-1

☎ **045-623-0971**

担当:保健師 前橋 沙衣

