

出張運動教室

# ウォーキング教室

3月23日(月) 10:00~11:15

少雨決行 ※中止の場合は当日9:00までに当施設ホームページに掲載します。

健康プラザを飛び出して、今回は  
若葉台地区でウォーキング教室を  
開催いたします!

歩く時の姿勢から靴の履き方、  
坂道や階段の歩き方等、普段の  
ウォーキングに役立つ内容を  
若葉台地区(約3km)を巡りながら  
お話しします!  
ぜひご参加ください♪



対象:30歳以上  
参加費:500円(飲み物付き)  
集合場所:若葉台公園段々広場  
定員:20人(先着順)  
申込:窓口、電話、QRコード  
申込期間:2月17日(火)13:00  
~3月20日(金)

問合せ:オーエンス健康プラザ

TEL:042-370-2280

〒206-0801 稲城市大丸1171

お申込みQR

