



ウォーキング講習会

15 名

～歩き方で姿勢を改善プログラム～

日 程	2013 年 5 月 22 日(水)	【タイムスケジュール】	
場 所	県民総合運動公園 *雨天時は、屋内で実施	9:30	バス出発(ながみね)
参加費	500 円(保険料、指導料含む)	10:00	運動講座
指導者	宮本 信恵 井上 真由美 (ゆうゆう倶楽部担当)		ウォーキング指導
持ち物	タオル、水筒、 * 帽子、運動靴	12:00	終了
その他	バス送迎あり (ながみねファミリー発着)	12:30	バス到着(ながみね)
申込方法	ながみねファミリー受付もしくは電話にて予約ください。 TEL:096(385)0676		

皆さん、一緒に運動を楽しみませんか！？ お待ち致しております。