

益城町総合運動公園 主催事業

# 「大人のラン&ウォーキング」

～参加者募集～



運動不足や生活習慣病の予防などを目的として、正しい歩き方や、走り方など、体を巧みに動かしながら、  
いろんな運動の基礎となる動きが身につきます！

**2021年12月19日[日] 9:15~10:45** 受付9:00から

参加費／1人1,000円

会場／益城町総合運動公園 陸上競技場 ※雨天時は体育館内

対象／16歳以上の方

持ち物／運動できる服装、シューズ、タオル、飲み物 マスク

申込方法 Web 予約申込方法またはお電話にて申し込みください。

Web 予約の方はこちらから



**12/3** 受付開始