

募集

久々利地区センター講座

ノルディックウォーキング講座

日頃の運動不足解消のため、健康のために始めよう「ノルディックウォーキング」

日 時：10月14日（水） 10：00～11：30（予定）

講 師：スポーツプラザヒビノ インストラクター

場 所：久々利地区センターおよびその周辺

定 員：10名（先着順）

対象者：一般成人

参加費：無料

持ち物：動きやすい服装、帽子、運動靴、飲料水、リュック、タオル

申込締切：10月6日（火）

※ポールは用意してあります。

※マスクを着用して参加してください。



講座へのお問い合わせは

久々利地区センター窓口又はお電話にて ☎64-1120