

前橋 ハルデイックウォーク

参加者募集中

誰でも楽々ウォーキング!



足腰に自信の無い人 手軽に運動したい人
おしゃべりを楽しみながら、ゆる〜く歩きたい人

- 日時: 毎月第2、4金曜日 午前10時~12時
- 場所: しきしま老人福祉センター 体育館(2階)
- 会費: 月2,000円(講師謝礼、保険代含む)
年会費300円
- 持ち物・服装: 運動靴(外・中履き)、動きやすい服
帽子、リュックやウエストポーチ、
ポール(持っている人)



お申し込み・問い合わせ

ユニバーサルスポーツ協会 永瀬正明 090-8592-1571