



ノルディック ウォーキング教室

《初めての方、体力に自信のない方でも安心してご参加いただけます》

＊日程：平成30年11月19日(月)・11月26日(月)

午後1時30分から3時 全2回

＊場所：井の頭恩賜公園 三角広場～井の頭池周辺

＊対象：65歳以上の武蔵野市民

＊定員：15名(先着順)

＊費用：無料(ノルディックポール貸出無料)

＊申込：10月15日から健康づくり支援センター窓口

または電話 51-0793

メルマガ先行予約あり

メルマガ会員はつらつメンバー特典!

先行予約 10/5～10/11(10/5メルマガ配信)

＊お問合せ＊

(公財)武蔵野健康づくり事業団 健康づくり支援センター

武蔵野市吉祥寺北町4-8-10 TEL 51-0793

＊メルマガのご案内＊

健康づくりに役立つ情報をお届け

講座やイベント案内も配信!

はつらつメンバーの方は講座の

一部先行予約特典あり

登録は

dan@star7.jp

