

学んで実践!

ウォーキング教室

*** ダイナミックに歩きます ***
いつもと違うウォーキングを楽しもう

開催日

11月12日(木)

午前9時45分~10時30分

武蔵野陸上競技場

募集要項

◆対象:20歳以上の武蔵野市民 ◆定員:15名

《参加の目安》

- ・運動習慣があり、しっかり運動をしたい方
- ・年齢関係なく、体力に自信がある、体力をつけたい方

教室申込のご案内

◆申込:10月1日~10月31日

参加決定者には参加証を郵送(11月5日に投函予定)

◆方法:(1)メルマガ応募フォーム 10月1日メルマガ配信

(2)往復はがき ①11月12日ウォーキング申込

②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号を
記入し郵送 ※10月31日消印有効

(1)メルマガ登録 dan@star7.jp へ空メール
またはこちら



(2)往復はがき送り先
切り取ってお使いください

〒180-0001
武蔵野市吉祥寺北町 4-8-10

(公財)武蔵野健康づくり事業団
健康づくり支援センター

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
TEL 0422-51-0793