

鴨志田ノルディック



ノルディック・ウォーキングに興味のある方・
健康のために何か始めたいと思っている方一緒に
始めてみませんか！？

対 象 ： 横浜市在住の方（シニア対象）

集合場所：鴨志田地域ケアプラザ

（原則、車での来所はご遠慮ください）

日 時：毎月第3土曜日 14：00～15：30

〔時期によって、日時・集合場所が変更となる場合があります。
雨天の場合、翌週へ順延：雨天の場合でも特に連絡はありません。〕

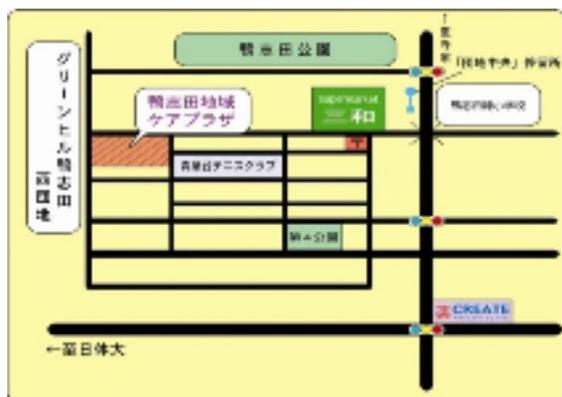
参 加 費：無料

ポール貸出料： 50円／回（限定5セット・先着順）

お申し込み：必要（時間等の開催状況をご確認ください）



※元気づくりステーションは、横浜市が支援する健康づくりの為に自主活動グループです。
通常時、講師の指導はありませんので御了承ください。



<お問い合わせ先>

鴨志田地域ケアプラザ

045（961）6911

鴨志田町547-3