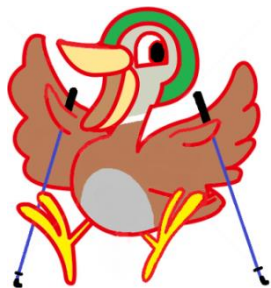


元気づくりステーション♪

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（概ねシニア対象）

集合場所：鴨志田地域ケアプラザ（原則、車でのご来所はご遠慮ください）

日 時：毎月第1木曜日 } 14:00~15:30頃
毎月第3土曜日 }

〔夏などの時期によって、日時・集合場所が変更となる場合があります。〕
〔雨天中止。 ※雨天の場合、特に中止の連絡はありません。〕

参加費：無料

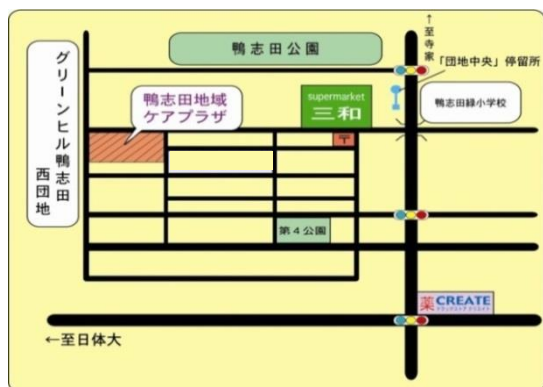
ポール貸出料：50円/回（限定5セット・先着順）

お申し込み：初回必要（時間等の開催状況をご確認ください）

参加メンバーに、インストラクター資格を取得されている方がいます。



※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。



<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