

ウォーキング

はじめませんか？

日時

5月29日(水)

9:30~11:30

場所

福太郎アリーナ
小体育館

保育あり

「さわやかまなび100」
対象事業

ウォーキング講座(要予約)

内容 正しい歩き方・ウォーキング方法の講義及び実践

対象 運動習慣・運動制限のない市民(定員25名)

申し込み方法

右のQRコードまたはお電話から
お申し込みください(先着順)



問い合わせ 鎌ヶ谷市 健康増進課 TEL:047-445-1405