

楽しく学ぶ

ウォーキング ジョギング 教室



2020年

2月29日(土) (雨天中止)

10:00~11:30 江川陸上競技場

対象：中高年の方

人数：30名（先着順）

講師：安田 美雪

(株)エムエスシー宮下スポーツクラブ・健康運動実践指導者

参加費：200円（当日支払）

持ち物：運動靴・運動のできる服装
タオル・飲み物

申込：2/2～電話又は陸上競技場にて
TEL 080-3739-6109

陸上競技場(9～16時30分受付)

※定員になり次第締切

こんな方におすすめ

これから運動を始めたい方！
健康的な生活を送りたい方！
競技場で走ってみたい方！
基礎動作を学びたい方！