

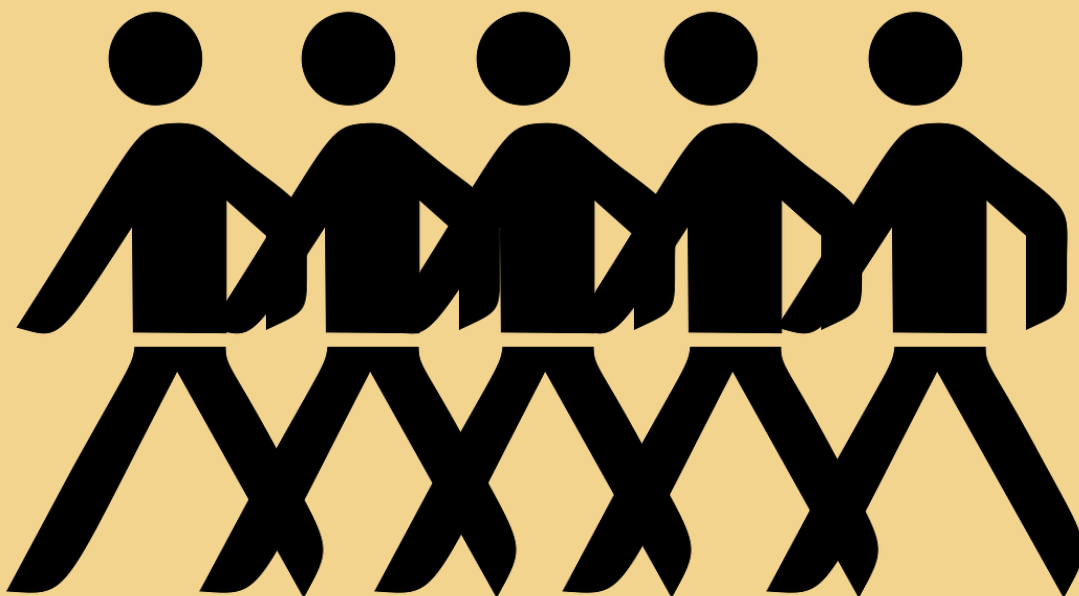
❀ 歩き方を見直しませんか ❀

募集開始  
3月9日(水)  
窓口 9時~ 電話 10時~  
締切 3/30(水)

# 健康ウォーキング

~健康になるためのウォーキング~

歩き方による身体への影響を理解し、身体を整える歩き方を習得します。  
柔軟性を高めるストレッチ法や筋力を向上させる運動をお伝えします。



- ◆日程 4月22日 5月6・20日 6月10・24日・7月8日(金曜全6回)
- ◆時間 午前10時半~11時半
- ◆会場 美浜町総合公園体育館
- ◆講師 野田秀樹先生
- ◆参加費 3千円
- ◆持ち物 室内シューズ タオル 飲み物など
- ◆定員 20名

お問い合わせ・ご申込は  
**みはまスポーツクラブ事務局**

TEL(0569)82-5200(美浜町総合公園体育館内)  
〒470-2403 愛知県知多郡美浜町大字北方字十二谷1の2

\*教室参加には事前にスポーツクラブへの登録をお願いします  
(登録費無料)美浜町総合公園体育館内事務局にて受付中です!