

はじめての♪



ウォーキング教室

講師：健康運動指導士

(シンコースポーツ(株))

日時

平成29年 5月20日(土)

9:00~12:30(150分)

実施場所

埼玉県平和資料館(講堂で座学/物見山ウォーク)

実施内容

- ① 健康講話・正しい姿勢作り・ウォーキング指導
- ② 野外ウォーキング(雨天の場合は講堂で講習)

定員数

30名 — 10歳以上 —

(5km程度のウォーキングができる体力を有する方)

申込み期間

4月15日(土)~ 定員になり次第終了

申込み方法

平和資料館受付またはお電話にてお申し込みください。ご質問もお気軽にどうぞ♪

教室持ち物

動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物



埼玉県マスコット「さいたまっち」



【お問い合わせ・ご予約】

埼玉ピースミュージアム
(埼玉県平和資料館)

住所：埼玉県東松山市岩殿 241-113

TEL：0493-35-4111 (青木・小澤)