

無料

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30年 5月26日(土)  
9:00～12:30(150分)

実施場所

埼玉県ピースミュージアム(講堂で座学/物見山ウォーク)  
(埼玉県平和資料館)

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14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



【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(小澤・牧)



埼玉県マスコット「コバトン」