

ウォーキング体験教室

「これから運動を始めたい」「まずはウォーキングのポイントを知りたい」  
 「気楽に参加できるウォーキング教室に参加したい」  
 などといった方向けの“ウォーキング体験教室”です。講師が付いて実施いたします。お気軽にご参加ください！

- 対象者 小学生以上 (小学生は保護者同伴)
- 参加費 無料
- 持参品 汗拭きタオル、飲料など
- 定員 各回20名程度

平成29年度 前期 ウォーキング体験教室スケジュール

回	開催日	時間	内 容	会 場	講師等
1	5/25(木)	11:00 ~11:30	教室：健康パーク教室①	健康パーク	プラザ スタッフ
2	6/4(日)	別途	「県外ウォーキング&温泉ツアー	県外	プラザ スタッフ
3	7/2(日)	別途	「県民歩こう大会」参加 ※要予約、申込受付6月上旬	環水公園	プラザ スタッフ
5	8/29(火)	13:15 ~13:45	教室：健康パーク教室②	健康パーク	プラザ スタッフ
6	9/10(日)	別途	「県民歩こう大会」参加 ※要予約、申込受付8月上旬	南砺市 入善町	プラザ スタッフ



- ※「教室」は、生命科学館自販機前に集合してください。
- ※健康パーク会場では、屋外のトリムコースをメインで行いますが、近隣施設等で実施する場合があります。
- ※雨天の際、健康パーク会場は、生命科学館周辺となります。健康パーク以外の会場は、別途ご案内いたします。
- ※内容は、変更することがございます。

◎お問い合わせ、お申込は...