

2017年
4月の
行事

ノルディックウォーキング

皆で楽しく体を動かそう！

- 日時 2017年4月12日（水）13時30分～16時
- 場所 どんぐり公園・福生公園
- 集合 健康増進センター 運動室（クリニック2階）
- 費用 無料（休憩時に飲み物代がかかる可能性あり）
- 持ち物 水・お茶などの水分、タオル、低血糖対策のもの
- 服装 動きやすい服装、帽子、運動靴、両手の空くかばん（リュック等）
- 申込み クリニック受付まで

