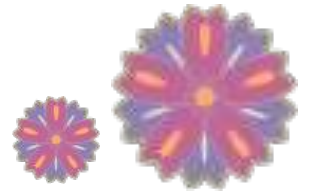


健康的な毎日を送ろう！

ノルディックウォーキング教室



正しい歩き方をマスターして
快適に歩こう！！

場 所 アリーナと施設周辺を歩く

日 時 11月14日(日)
10:00~11:30

受講料 1,000円(税込・傷害保険を含む)

対 象 一般(高校生以上)

コーチ紹介



浜橋 亮二

ウォーキング指導歴9年

【教室内容】

ノルディックポールを使用し、通常のウォーキングよりも効果的な運動を行います。運動・健康促進へ繋げていく教室です。

※お申込みの際にご提供いただく個人情報、厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あしからずご了承ください。

- 定員●
15名(定員になり次第締め切ります)
- 申込開始日●
10月24日(日)9:00~
- 申込方法●
申込書を提出し、当施設事務所にてご入金ください。
※電話予約の方は5日以内にご入金がない場合はキャンセル扱いとなります。
- 持ち物●
運動に適した服装、タオル
室内シューズ(上履きなど)
飲料水(水筒などキャップが付いているもの)

坂戸市健康増進施設 サンテさかど

TEL: 049-280-7111



〒350-0269 坂戸市につさい花みず木1-3
http://shisetsu.mizuno.jp/mss-7582
指定管理者: ミズノ・セイホクススポーツグループ

- 開館時間: 8:30~22:00
- 営業時間: 9:00~22:00(7-ル 10:00~21:00)
- 休館日: 毎週火曜日(但し、祝日の場合は翌日の祝日以外の日となる)
年末年始休館日 12/30~1/2