

出雲地区ウォーキング教室を開催します



出雲地区自治会連絡協議会

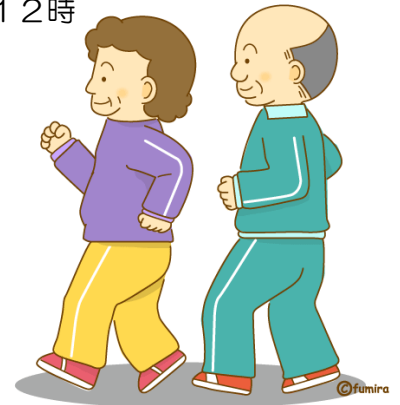
会長 有近 義勝
健康福祉部会長 萩 昭子

出雲地区民の健康と体力増進のため、また、地域内相互の親睦を深めるため、下記のとおりウォーキング教室を開催します。

ご自宅付近を歩いておられる皆さん、「これから歩いてみようかな」とお考えの皆さん、皆さんは「正しい歩き方」を知っていますか？ 専門のインストラクターから正しい歩き方を学んで、楽しく効果的に歩きましょう！

記

- 1 日 時 平成23年3月27日（日）午前9時30分～12時
- 2 場 所 集合：山口市徳地体育館
練習：伏野地区周辺をウォーキング
（雨天の場合、練習は体育館で行ないます）
- 3 講 師 健康運動指導士 廣中 浩子 先生
- 4 申込期限 平成23年2月25日（金）
- 5 参加費 無料
- 6 服 装 運動のできる服装（ジャージ等）
- 7 持 参 品 飲料水、タオル
- 8 その他 参加された方には参加賞があります



----- 切り取り -----

出雲地区ウォーキング教室参加申込書

番号	氏 名	年 齢	住 所	電話番号
1			山口市徳地	
2			山口市徳地	
3			山口市徳地	

申込方法 徳地地域交流センター（山村開発センター1階）
へ参加申込書を提出（FAX可）又は電話にて
受け付けます。

TEL：52-0217 FAX：52-0049

