



フラスワン

# しらかば歩こう会+1

しらかば公園でのウォーキングも三年目になります、今年も健康な身体づくりを始めませんか？コロナ禍で落ちてしまった筋力・体力を取り戻しましょう！第1回目は6月12日(水)です、ラジオ体操やウォーキングやおしゃべりをしながら皆さんで楽しみましょう。奮ってご参加下さい！  
～ 参加費無料 ～ ☆雨天中止～

問い合わせ先 090-7653-6256(伊藤まで)

☆場所☆ 菊水元町しらかば公園(菊水元町2条4丁目3)

☆時間☆ 9:00～10:30

☆対象☆ 菊の里地区の65歳以上の住民

☆日時☆ 第1回目 6月12日(水)

第2回目 7月10日(水)

第3回目 8月14日(水)

第4回目 9月11日(水)

第5回目 10月 9日(水)

第6回目 11月 6日(水)

当日はラジオ体操とウォーキングをしますので動きやすい服装で水分・タオル等をご持参下さい

