

第27回代田区民センターまつり

★ポールウォーキング**DE**健康づくり★

無料

～みんなで体験しましょう～

会場：多目的室地下2階

2023/10/15(日)開催

開催時間

午前の部 10時～12時

午後の部 13時～15時

★入室、退出 自由



ポールは無料貸し出しです！
この機会に是非ご体験ください～

多くの方のご参加お待ちしております。



世田谷区社協キャラクター
ココロ

講師：新代田ポールウォークサロン代表
(日本ポールウォーキング協会指導員)

ポールウォーキングについて説明(使い方)ポールを使って
矯正・歩行矯正の実技体験をします。

・運動しやすい服装、靴でお越しください。

<内容についてのお問合せ>

北沢地域事務所社会福祉協議会 新代田地区事務局

TEL:070-3946-9793