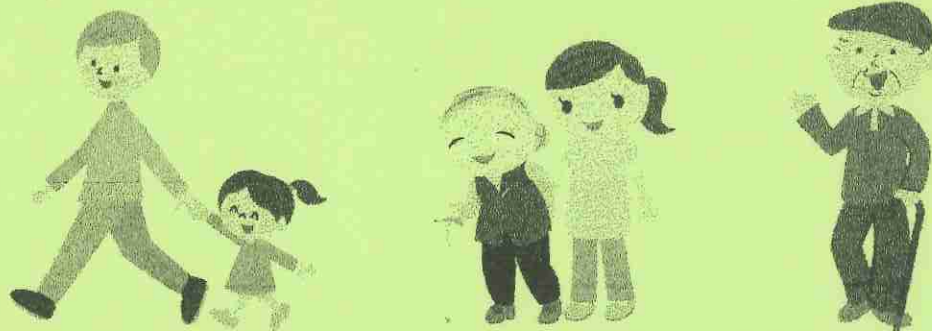


健康ウォーキング(お散歩)

～新緑の季節、心身ともにリフレッシュ!!～

コロナ禍の今、戸外で3密を避けながら、運動不足・コミュニケーション不足解消を兼ねて、新緑の中を一緒に歩いてみませんか？



○日 時： 令和3年5月25日(火)8:45集合～11:00

◆ストレッチ・健康体操後に出発(9:30)

○場 所： 湘南大庭市民センター(玄関前集合)
(検温・体調確認の上ご参加を) ※雨天中止

○コース： 市民センター ～ ？ ～ 舟地蔵公園
<片道約2km、希望者には延長コースもあります>

○服 装： 歩きやすい服装、運動靴、マスク着用

○持ち物： 水筒・タオル・健康保険証・その他

申し込みは前日までに

湘南大庭市民センター 地域づくり担当まで

0466-87-1111

主催：湘南大庭地区郷土づくり推進会議 健康増進部会