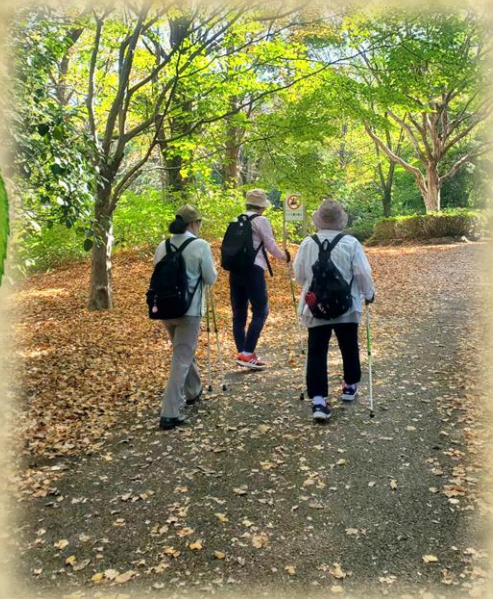
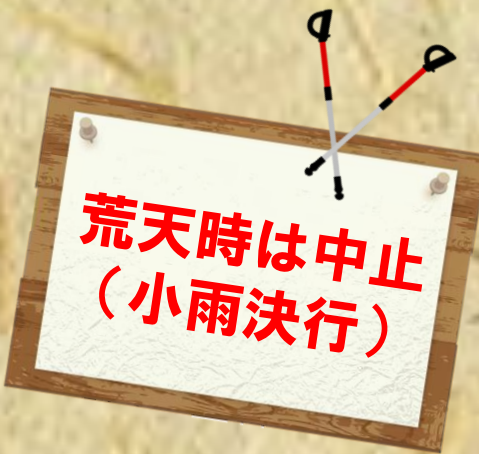




ポール ウォーキング 生田緑地



2024・11・9 土



【時間】 8:50～12:00
(宮前スポーツセンター集合～解散)

【定員】 7名

【料金】 500円(ポール代も含む)

【持ち物】 飲み物・タオル・雨具・運動に適した服装

【内容】 ポールを使用して生田緑地を歩きます！
紅葉した木々、爽やかな
風を感じながら、秋を
楽しむコースです
体力に自信がない
方でも安心です

【服装について】

帽子・・・直射日光を避けましょう

リュック・・・ポールを持つので、
両手が使える鞆を
準備しましょう

靴・・・適切な運動靴を履きましょう

雨具・・・天候が悪くなった時に着用
通気性のある長袖・
長ズボンがおすすめ♪

受付開始
10月18日(金)
10:00～
電話予約 OK!
先着順

お問い合わせ：宮前スポーツセンター
☎ 044-976-6350