

なかのウェルネス JAPANメソッド
心身ともに健康で元気に楽しめるサステナブルプログラム

HEIWANOMORI PARK フルディックウォーキングクラブ

みんなで楽しく運動習慣を実践しませんか？

教室参加者のお仲間とどーぞ♡

4月から

実施日： **毎週 土曜日**

10：00～11：00

※第3土曜日は教室日です

金額：おひとり 月額 1,000円/1回 500円

場所：フロントカウンター前集合 定員20名

内容： 公園内と周辺をスローウォーキングで散策
スポーツ安全保険の加入をお勧めします

※クラブメンバーになり、仲間づくりで
コミュニケーションが広がります



中野区立総合体育館

・お問合せ TEL 03-5860-0024