

# ウォーキング教室のお知らせ

佐渡市では生涯にわたる健康づくりのため、ウォーキングを積極的に推奨していきます。今回は健康推進委員さんと一緒に歩きます！健康的に楽しく歩きませんか！歩き方のコツも教えます！

- ◆期 日：令和5年10月15日（日）
- ◆時 間：9時30分～11時30分  
※9時15分～受付開始
- ◆集合場所：旧赤泊村役場  
（雨天の場合：赤泊総合文化会館  
3階 多目的ホール）
- ◆コース：山寺コース（約5 km）  
※雨天の場合：赤泊総合文化会館内
- ◆対 象：小学生～一般  
※小学生が参加する場合、保護者が同行してください。
- ◆講 師：赤泊地区スポーツ推進委員
- ◆持ち物等：水分補給用ドリンク、帽子、タオル、動きやすい服装

《参加申込》窓口・お電話でお申込みください。

申 込 10月5日（木）まで  
定 員 先着順 20名程度  
参加料 無 料

【お申し込み・お問合せ先】佐渡市教育委員会社会教育課 南教育事務所赤泊地区教育係

□ 赤泊地区公民館【赤泊総合文化会館内】

□ TEL：87-3141 FAX：87-3142