回　覧

令和８年10月９日発行

ウォーキング教室

歩く習慣、はじめませんか？　今日の一歩でより健康に！

日時　11月　5日(木)、11月12日(木)
午後7時～午後8時

会場　両津総合体育館



【内容】　ウォーキング、
らくらくジョギング
自重トレーニング等

【対象】　小学生から一般

【定員】　２０名（定員になり次第、締め切ります）

【持ち物】　上履き、飲み物、タオル
※歩きやすい服装でお越しください

【締切】　１０月２７日（火）

【参加料】　無料

◆申込み・問い合わせ先◆
佐渡市教育委員会　社会教育課　両津地区教育係
佐渡市両津湊198
☎ 27-4181 ／ Fax 27-2632
MAIL　kr-kyoi@city.sado.niigata.jp