

# ウォーキング マイスター 養成講座 受講生募集



**山陽小野田市はウォーキングを推進しています！**

ウォーキングに関する知識や技術を身に付けた「ウォーキングマイスター」になり、ウォーキングの効果や楽しさを一緒に広めていきませんか？？

**日時：令和6年2月27日(火)9:30～12:15**

**内 容：講義・実技「ストレッチ、ウォーキングについて」等**

**場 所：** 厚狭地区複合施設 アリーナ 山陽小野田市大字鴨庄94番地)

**持参物：** 動きやすい服装、飲み物、筆記用具、体育館シューズ

**対 象：** 市内在住、在勤の方でウォーキングに関心があり、  
養成講座後ウォーキングイベント等の開催や  
ボランティア活動ができる方

**費 用：** 無料 **定 員：** 30名 **要予約** ※定員になり次第終了

**申込期間：** 令和6年2月26日(月)まで

**応募方法・申込み先：** 電話・窓口・オンライン  
山陽小野田市健康増進課(厚狭複合施設内)  
電話:0836-71-1814



申込みQR

**問合せ先：** 健康増進課 0836-71-1814