



# 毎月第4木曜日は ウォーキングの日!

周防大島町陸上競技場

参加費  
無料

## いきいき健康ウォーキング

意欲はあるけど。一人ではなかなか...という方、  
開放的な競技場で楽しくウォーキングをしませんか?

日時 / **5/22** (木)

**10:00~11:30**



【場 所】周防大島町総合体育館・陸上競技場  
(総合体育館事務室受付集合)

【対 象】どなたでもご参加いただけます

【料 金】無料

【携行品】タオル 飲物 帽子等

\*ポールは準備があります

【その他】歩きやすい服装でご参加ください  
雨天時は、館内にて開催いたします  
(室内履きをご持参下さい)

### 次回開催予定

**6/26 (木)**

**9/25 (木)**

7月8月はお休みです

陸上競技場では健康づくりの一環としてウォーキングを  
楽しんでいただくため、毎月第4木曜日(10:00~11:30)を  
ウォーキングの日に設定いたしました。

ノルディックウォーキングをご希望される方には  
安心してご参加いただけるようポールの使い方を  
講師がご案内いたします。初心者の方も大歓迎です!

この日の参加費は無料となっておりますので、お気軽にご参加くださいませ。



お問い合わせ

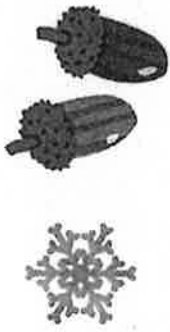
周防大島町 総合体育館・陸上競技場

お気軽にお問い合わせください

主催 / 周防大島町陸上競技場・総合体育館指定管理者三宅商事・SYスポーツ施設共同企業体

tel. 0820-78-2512 fax. 0820-78-2513 〒742-2921 山口県大島郡周防大島町大字西方1958-77

いきいき



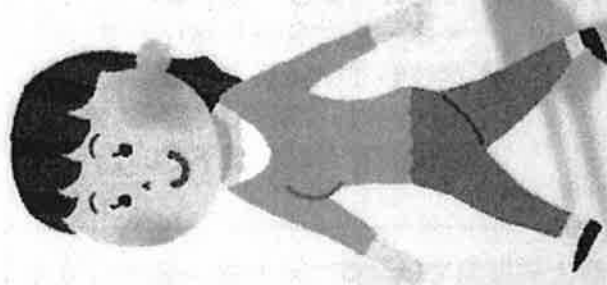
講師による  
無料!

# 健康ウォーキング

## 第4木曜日はウォーキングの日!

1/22 木

10:00~11:30



陸上競技場では健康づくりの  
一環としてウォーキング  
を楽しんでいただくため、  
毎月第4木曜日  
(10:00~11:30)を  
ウォーキングの日に設定い  
たしました。  
ノルディックウォーキング  
をご希望される方には  
安心してご参加いただける  
ようポールの使い方を  
講師がご案内いたします。  
初心者の方も大歓迎です!  
この日の参加費は無料と  
なっておりますので、お気  
軽にご参加くださいませ。

【場 所】 周防大島町総合体育館・陸上競技場

(総合体育館事務室受付集合)

【対 象】 どなたでもご参加いただけます

【料 金】 無料

【携行品】 タオル 飲物 帽子等

\*ポールは準備があります

【その他】 歩きやすい服装でご参加ください

雨天時は、館内にて開催いたします

(室内履きをご持参下さい)

次回 2/26, 3/26, 4/23

お気軽にお問合せください tel. 0820-78-2512

