

春～夏を楽しく歩く

ノルデックウォーキング

開講日

4/19・5/31・6/7・21

7/19・8/2・30

9/6・20

爽やかな季節と一緒に仲間と歩いてみませんか
美味しい空気と心地よい汗が身体とともに
心も健康になること間違いなしです。

日時 第(木)10:00～

受講料 1,080円(1回)

レンタルポールあります。



pixta.jp - 7694616

COOP
SAPPORO

傷害保険加入ご希望の方

64歳以下1,850円

65歳以上1,200円

体験料 1,080円

ソシア文化教室(ソシア3F)011-572-3616