

令和3年度 後期ウォーキング・スロージョギング教室参加者募集

スポーツ課 ☎382-9029 📠382-9071

医科学の知識を持った専門家に、基礎知識や実践を交えて指導していただきます。

教室	対象/定員	開催日時	参加料	会場
ウォーキング	対象：50歳以上 定員：50人	11月9日～1月18日 火曜日 全8回 9時30分～11時30分	参加料/2,800円 (保険料込)	AGF鈴鹿陸上 競技場
スロージョギング	対象：50歳以上 定員：50人	11月12日～1月14日金曜日 全8回 9時30分～11時30分	参加料/2,800円 (保険料込)	

講師：深間内 誠（鈴鹿回生病院スポーツ医学センター・健康運動実践指導者）

北村 綱為（鈴鹿回生病院スポーツ医学センター・健康運動実践指導者）

申込み：10月6日（水）～10月15日（金）（日曜日を除く）9時～17時までに参加料を添えて
鈴鹿市スポーツ協会（石垣池公園管理事務所内）へお申し込みください。



※新型コロナウイルス感染拡大防止の為、教室開始前に検温やマスク着用の有無などを確認します。

また、状況により教室の開催内容等変更になる可能性があることをご了承ください。

※雨天の場合は中止することもあります。

問合せ：鈴鹿市スポーツ協会（☎399-7120）石垣池公園管理事務所内（桜島町七丁目1番地の1）