

令和3年度 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
前期ウォーキング	対象：50歳以上 定員：50人	4月～6月 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
前期スロージョギング	対象：50歳以上 定員：50人	4月～6月金曜日 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：3月22日（月）～4月2日（金）（土・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。

問い合わせ：鈴鹿市スポーツ協会（☎399-7120）桜島町七丁目1番地の1

雨天の場合は中止することもあります。