

要予約

ノルディックウォーキング

in 道民の森 2回目

初夏の森のなかで心地よい汗をかき、ヨガを楽しみ、血管年齢チェックで健康づくり

とき

6月9日(日) 10時~15時

ところ

道民の森 神居尻地区 総合案内所前

参加料

1000円

持ち物

手袋、タオル、帽子、防寒着など

内容

午前：ノルディックウォーキング
午後：ヨガ



地元の食材を使ったお弁当を用意します。

募集

先着20名



支援協力

一般社団法人 ウェルネス・ネット

申込先 及び 問合せ先

一般財団法人 北海道森林整備公社
道民の森管理事務所
tel:0133-22-3911 fax:0133-22-3993
〒061-0216 石狩郡当別町栄町192-7

