

# ノルディックウォーキング in 道民の森 3回目

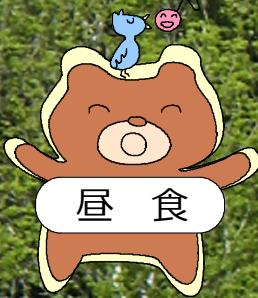
初秋の森の中で心地よい汗をかき、ヨガを楽しみ、血管年齢チェックで健康づくり

とき 平成29年9月3日(日) 10時～15時

ところ 道民の森 神居尻案内所前

持ち物 手袋、着替、飲み物など

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

参加料 1000円



支援協力 一般社団法人地域ウェルネス

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

