



ラクチン★

初心者
大歓迎!
無料

誰でも手軽に
始められる♪

ポール ウォーキング

新型コロナウイルス対策実施



講 習 会

～ポールを持って歩くだけ! 簡単な全身運動～



ポールウォーキング デビューしませんか?

自分一人では始める勇気がない…
健康のため何かスポーツしたい…



日程 2022年4月19日(火)

時間 10時00分～11時00分

場所 西脇公園 (グラウンド)

箕面市稲2丁目-8

定員 15名 ※完全予約制・雨天中止

お気軽にお声掛けください♪

安心と信頼の介護用品店

☎ 072-729-0835

ネーブルハウス

営業時間: 10:00～17:00 定休日: 第1・第3・第5日曜日・祝日

箕面市船場西1丁目14番16号