

# 11月の健康ウォーク歩こう運動

さっぽろコミュニティドーム

# つどーむ 屋内コースを歩きましょう！

誰でも

無理なく

楽しく

11月の健康ウォーク歩こう運動は、コミュニティドーム「つどーむ」で屋内コースをウォーキングします。冬の寒さに負けず、楽しく健康的に歩きませんか？

- ◆ 日 時：令和6年11月28日（木）午前9時集合
- ◆ 集合場所：つどーむの入り口（入ってすぐのところ）

◆内 容

つどーむの屋内ウォーキングコース（1周400m）を歩きます。

◆当日の服装・持ち物

運動しやすい服装・運動靴・タオル・飲み物・参加費不要（施設利用料は主催者が負担いたします）

◆お問い合わせ

栄東まちづくりセンター（711-2203）

男性の方もご参加頂けます！



申込不要

どなたでも参加OK！

