

町制30周年 開園40周年

～ 滑川町 & 森林公園 コラボレーション **健康づくり** 事業 ～

ウォーキング講習会 好評開催中

健康づくりを推進する滑川町

著名な指導者のもの 正しいウォーキングを身につけよう

1. 期日等	2015年1月～3月のスケジュール 1月17日(土) 2月14日(土) 3月 7日(土) ・各日ともに2回開催 1回目 10:30-11:45 2回目 12:30-13:45 ・定員は各回先着30名限定です ・雨天も実施いたします
2. 会場	国営武蔵丘陵森林公園 運動広場 (南口が最寄りです)
3. 講師	吉澤永一氏 【プロフィール】 2002年アジア選手権20km競歩 金メダル 2002年ワールドカップ競歩20km 日本代表
4. 内容	効果的に正しく歩くための8つのポイントをわかりやすく指導 (姿勢・足の着き方・腕の振り方・後ろ足の使い方・骨盤の使い方・歩幅など)
5. 料金	受講料1回 500円 ※滑川町在住の方は還付手続きを行えます 滑川町に在住の方については1回に限り受講料500円が還付できます 講習会当日会場受付にて申請書をもらい、滑川町保健センターに還付の手続きを行ってください ※入園料・駐車料金は別途必要です



ウォーキング講習会

開催風景



●お申し込み、お問い合わせは

滑川町保健センター(☎56-5330)

森林公園管理センター(☎57-2111) まで