

# ☆ハルディックウォーククラブ 30年度計画☆

連絡先 浅野(082-909-8216)、田村(090-7772-6346)

月	日	曜日	特記事項
4	5	木	
	19	木	
5	3	木	
	17	木	
6	7	木	
	21	木	
7	5	木	
	19	木	
8	2	木	8月は1回のみです!
9	6	木	
	20	木	
10	4	木	
	18	木	
11	1	木	
	15	木	
12	6	木	
	20	木	
31年 1	17	木	1月は1回のみです!
2	7	木	
	21	木	
3	7	木	
	21	木	

日 時 原則第1・3木曜に開催

集合時間 10時

集合場所 中区スポーツセンター  
階段下(千田公園側)

持参物 ポール、運動靴、飲み物



あくまで**自由参加**  
です!

都合がつく日にご参加  
ください。

興味がある方、体験して  
みたい方もお気軽に  
ご参加ください!

※初心者の方の指導も  
あります。

※ポールの貸し出しも

※雨天の場合、中区スポーツセンター内で活動します。室内靴、スポーツセンター利用料(65歳未満260円、65歳以上150円)をご持参ください。