

第2回 申込締切 10/4(月)まで

ウォーキング講座

参加費
無料

1日目

10/6(水)

10:00 から
11:45 まで

2日目

10/28(木)

10:00 から
11:45 まで

3日目

11/25(木)

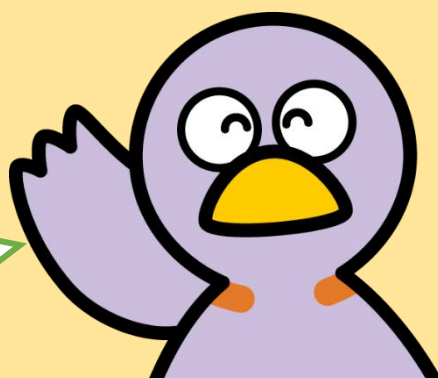
10:00 から
11:45 まで

2月(予定)にポイントを使って抽選会を行います



埼玉県コバトン
健康マイレージ事業

300 ポイント付与対象
(町独自ポイント)



■ 内容 ※3日間コースです。

歩き方と下肢を中心としたエクササイズです。初日と最終日で体力測定を行い、効果を確認します。AIを使った歩行分析も実施予定です。

■ 対象者

埼玉県コバトン健康マイレージ参加者または参加希望者
※埼玉県コバトン健康マイレージ事業については右記二次元コードをご覧ください。



三芳町ホームページ
二次元コード

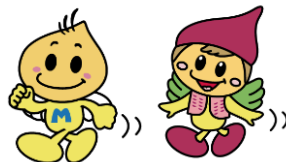
■ 会場(各日共通)

竹間沢公民館

■ 定員

20名(先着順)

※今年度、ウォーキング講座に未参加の方優先



申込み・問い合わせ先

三芳町役場 健康増進課 健康長寿担当

電話 049-258-0019(内188-190) FAX 049-274-1051

メール kenko@town.saitama-miyoshi.lg.jp

下記を記入して、電話・FAX・メールで申し込み。

① 件名「ウォーキング講座申し込み」 ② 氏名 ③ 生年月日 ④ 住所 ⑤ 電話番号