

報道機関各位

みのわ健康アカデミー公開・体験講座(ウォーキング)を開催します

みのわ健康アカデミー公開・体験講座を行います。

日時

令和5年5月23日(火) 14時30分から16時00分まで

講師

酒井 浩文氏(ソウル五輪20キロ競歩代表選手)

内容

「ウォーキング講座」

- ・ウォーキングシューズの選び方
- ・靴の履き方
- ・正しいウォーキングの方法
- ・ウォーキングサッカー

場所

町民体育館

対象者

どなたでもご参加できます(お申し込み不要)

持ち物

屋内用運動靴・タオル・水分 動きやすい服装でお越しください。

その他

箕輪町健康ポイント事業対象事業です(100ポイント)

添付資料 有



健康推進課 健康づくり支援係
(課長)小田切 正憲 (担当)北原 崇志
電話:0265-79-3118 (内線)1510
FAX:0265-79-0230
E-mail:kenko@town.minowa.lg.jp