

ポールウォーキング教室開始!!

日曜日の14:15~15:30

ポールウォーキング 参加者募集中!!

～ 日曜日～
毎週日曜日

～ 集合場所～
グリスポ正面広場

～ 参加料～
無料

定員：30名

対象者：16歳以上の方

持参物：運動できる服装・ポール・タオル
飲み物

参加希望者は総合受付にてお申し込みください。

開催日については下のカレンダーを確認の上
ご参加ください。



4月～7月 実施予定表

4月	14日	21日	28日		
5月	12日	19日	26日		
6月	2日	9日	23日	30日	
7月	7日	14日	21日	28日	

※悪天候の場合はお休みになります。