富津公園

ポールウォーキング教室





12月14日（月）10:00~11:30

参加料 550円，ポールレンタル料 200円

♦♦ 完全予約制です ♦♦

お申込みはお電話もしくは温水プール窓口までお願いします。

〈集合〉温水プールエントランス
〈持物〉マスク、運動できる服装、靴、飲物、リュックなど

♬ はじめての方大歓迎 ♬

★歩き方をマスターして気軽に全身運動★
マスク着用での運動となりますので、
ポールを使った体操がメインの
初級コース・リハビリ向けの内容となります。

コロナ感染拡大防止対策として
マスクの着用、ソーシャルディスタンスに
ご協力をお願いいたします。

全身運動でリフレッシュ!!



富津公園管理事務所
TEL 0439-87-8887