

# おいで 月曜日！ ウォーキング&ノルディックウォーキング



個人情報について：各個人に関する情報はすべて**“提供は不要です！”** なお、各人毎での必要な情報は自由です。

活動時期

4月

5月

6月

7月

8月

9月

10月

11月

12月

1月

2月

3月

実施曜日、時間、集合場所

月曜日（祭日含む ）

午前9時～10時頃

介護予防センター前

実施条件



休みます V!V

ルート：当日決定

お城Aコース

お城Bコース

河川敷(白石川)

その他

入会費  
年会費  
免除

必須品



水分(お茶)、汗拭きタオル、帽子、サングラス等

令和3年 8名 M3,W6

令和2年 8名 M3,W6

令和1年 5名 M4,W1