みつやの里
スポーツ
クラブ

ノルディック・ウォーク
てくてく交流会

3/11(水)再スタート！

吉田運動公園を中心に約４㎞を仲間と一緒にてくてく♪♪歩きます。歩くと新しい発見があります。季節ごとの風を感じながら歩くのは最高！ノルディックポールを持って歩くと運動量もアップして、ますます健康♪足腰が元気になりますよ!!

●対　象●
みつやの里スポーツクラブ
全会員

●活動日●
第２・４水曜日　（雨天中止）
９：30～11：00

●会　場●　吉田運動公園　グラウンド外周

ウォーキング
ポール貸出あり
（先着１０名）

【お問合せ・お申込み先】
みつやの里スポーツクラブ事務局
安芸高田市吉田運動公園内(月曜休み)
〒731-0542 安芸高田市吉田町相合 555-1
TEL42-2808　FAX 0826-42-1012　Email yo-undou@heart.ocn.ne.jp