

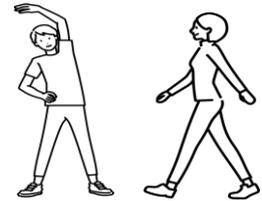
# 令和8年度リズムウォーキング教室日程

4月20日(月)	5月18日(月)	6月15日(月)	7月13日(月)
8月17日(月)	9月14日(月)	10月19日(月)	11月16日(月)
12月21日(月)	令和9年1月18日(月)	令和9年2月15日(月)	令和9年3月15日(月)

【対象者】 身体活動が他者の見守り・支援なしにできる方

【時間】 10:00~11:00

\*参加の前に、体調確認と血圧測定を行います。



※運動のできる服装で、室内シューズと水分補給用の飲み物を持参ください。

※毎月1回実施していますが、講師の都合や天候等の理由で中止になることもあります。

実施の状況については、町ホームページで確認できます。

町ホームページ：ホーム > 健康・福祉 > 健康・医療 > 健康づくり > リズムウォーキングについて

<https://www.town.mimata.lg.jp/contents/1181.html>

三股町健康管理センター

三股町樺山3902番地2

(三股中学校グランド北東斜め向 )

☎ 52-8481 fax 52-1056

メール：kenko-k@town.mimata.lg.jp

町ホームページ  
リズムウォーキング



町 公式LINEアカウント



お友達登録を  
お願いします