



# ウォーキング



暑い夏が過ぎ、ようやく涼しくなってきました。過ごしやすい時期ですが、季節の変わり目は体調を崩しがちです。コロナ禍で運動不足になりがちでもありますので、健康の為、ウォーキングに行きましょう。

●日ひにち

令和4年10月30日(日)

※雨天や感染状況により中止になる場合も

ありますので、中止の際には、ご連絡いたします。

●時間

10:00 集合 ※1時間程度を予定しております。

●場所

わーくさぽーと

●参加費

100円(保険代・飲み物など)

●持ち物

飲み物・タオル・動きやすい服装・運動靴

●定員

15名

●締め切り

10月27日(木)まで

●申込み

わーくさぽーと【平日9:00~18:00】

☎0276-57-8400

✉work-spt@mori-no-ie.jp

※当日の連絡先→080-8867-8457



☆☆☆皆さまが安全に安心して参加出来るよう、ご協力をお願い致します☆☆☆

・今回は、移動に電車やバスを使用しない方のみの参加とさせていただきます。

・発熱や風邪症状がある方は参加をご遠慮ください。

・マスクの着用・アルコール手指消毒をお願い致します。

・当日は検温や体調等のチェックをさせていただきます。



◎初めての方◎

名前・生年月日・住所・電話番号・手帳の有無・配慮が必要なことをお伺いさせていただきます。

◎個人情報について◎

お伺いした個人情報につきましては、週末活動クラブの参加申込みに利用するもので、それ以外の目的では利用致しません。