



みつやの里だより

(6/9 現在 会員数 480 名)

発行日:令和4年6月9日

ノルディック・ウォーク体験会開催(6/8)脳トレ で大笑いの後、清神社までウォーキング!

4月からスタートしたサークル「てくてく交流会」は楽しく歩くことが目標です。今回、オール・オン・スポーツの杉田さんをお招きして、ノルディック・ウォークの基本と良さを教えてもらいました。先生の親切丁寧な指導と気配りで、先生と参加者さんとの冗談と笑いが絶えず、皆さんとっても楽しそう♡お天気も良く、清神社までの約4kmをウォーキングして気持ちのいい汗をかきました。



杉田先生と脳トレ運動で大笑い!!



足がピシッと上がってますね♡



清神社で記念撮影!はい、ポーズ♡



みつやの里
だより
笑顔
の
ウォーキング

発行

総合型地域スポーツクラブ みつやの里スポーツクラブ
広島県安芸高田市吉田町相合 555-1 安芸高田市吉田運動公園内
TEL 0826-42-2808 FAX 0826-42-1012