



# みつやの里だより

(11/5 現在 会員数 559 名)

発行日:令和4年 11月5日

## ノルディック・ウォーク体験会 (10/12) 道の駅 「三矢の里あきたかた」周辺をウォーキング!

春に引き続き、オール・オン・スポーツの杉田さんにノルディック・ウォークの基本と良さを教えてもらいました。道の駅を出発し、埃の宮神社～川土手～国道～道の駅の約4kmを歩きました。途中の休憩では梨のプレゼント!道の駅まで帰ると駅長さんが懺悔のパン屋さんのラスクをプレゼントしてくれました♡秋晴れのもと、気持ちのいい汗をかきました。道の駅のみなさん、ご協力ありがとうございました!



杉田先生と脳トレ運動!!



道の駅「三矢の里あきたかた」出発!



はい、チーズ! 埃の宮神社で記念撮影



あそこはね…話はずみます♡



みつやの里  
は笑顔と  
たのしみ



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