

令和4年2月28日  
石川県県央土木総合事務所  
電話076-239-3907

### 春の「犀川」親子ポールウォーキング健康教室の実施について

お子さんから高齢者の方まで、また、初心者の方にも楽しんでいただけるような、手軽なポールウォーキングの健康教室を開催します。簡単な歩き方から紹介する、分かりやすい講習会なので、ぜひご参加ください。

#### 記

1. 日 時：令和4年3月27日（日）午前10：00～11：30
2. 場 所：いしかわ子ども交流センター（金沢市法島町11-8）
3. 対 象：親子・高齢者の方も含め、どなたでも参加可能
4. 定 員：先着20名

※事前申し込みが必要です。予定人数に達し次第、募集を締め切ります。

5. 費 用：参加料無料

ポールレンタル料500円（税込）※ポールのない方のみ、必要となります。

6. 申込先：エコ・チーム犀川（TEL：076-243-8564）

7. 主 催：犀川緑地 指定管理者 エコ・チーム犀川

協 力：一般社団法人 日本ポールウォーキング協会

<お問い合わせ先>

犀川緑地 指定管理者：エコ・チーム犀川 [（TEL:076-243-8564）](tel:076-243-8564)

※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、教室内の換気を徹底し、マスク着用のうえ参加者同士の間隔を確保し実施します。



姿勢よく歩くことが出来るポールウォーキングをあなたの健康法に試してみませんか？

# 春の『犀川』 親子ポールウォーキング 健康教室

全世代  
大歓迎!!

参加費  
無料

親子参加も

シニア世代の方も

初めてのの方も



**3月27日(日)** いしかわ子ども交流センター  
AM10:00~11:30 金沢市法島町11-8

※新型コロナウイルス感染拡大予防観点から、ソーシャルディスタンスを確保しながら実施します。

**参加費** 参加費:無料 ポールレンタル料:500円(税込み)  
先着20名 エコチーム犀川事務局での事前予約が必要です

**対象** 親子、シニア世代、全世代  
どなたでも参加大歓迎です!

**服装** 運動のしやすい軽装、ウォーキングシューズ、  
マスク、水分補給飲料

**講師** 日本ポールウォーキング協会認定コーチ 澤田 様

お申込み・お問い合わせ

**エコ・チーム犀川**  
TEL 076-243-8564

後援：一般社団法人日本ポールウォーキング協会

エコ・チーム犀川  
ホームページ



最新情報は  
Twitterで



※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、教室内の換気を徹底し、マスク着用のうえ参加者同士の間隔を確保し実施します。