

1 2 / 1

主催：北柏第2地域包括支援センター
脳トレウォーキング“歩々歩の会”

モラージュウォーク ほ♪ほ♪ほ♪



- ♪健康体操
- ♪モラージュ柏屋上
グラウンドをウォーキング
- ♪運動の後は各自で食事や買い物を
ゆっくりお楽しみください

<日時> 12月1日(水) … 11月1日～受付開始
10:30 ~ 11:30(集合開始 10:15~)

※雨天時(小雨でも)は中止とします。

※体操とウォーキングが終わったら解散となります。

※1月～2月の冬季期間はお休みとし、次回は3月
から再開予定です。

<集合場所> 柏市大山台2-3 モラージュ柏
屋上グラウンド

<参加申し込み・問い合わせ>

北柏第2地域包括支援センター

電話 04-7179-5500

<参加定員>

先着申し込み25名様まで(事前に電話でお申し込み下さい)

- ・感染症予防対策の為、お手数ですが事前のお申し込みにご協力ください。
- ・体操・ウォーキング後の多数集団での買物や会食等は感染症対策上、現在はお控えください。各自少人数でお楽しみ頂けますようお願いいたします。

※当日は検温と体調チェックをさせていただきます。

