

# 健康教室のご案内

三重県営サンアリーナ健康教室 MOVE UP MOTION の無料会員に、ご登録いただきましてありがとうございます。ムーヴアップモーションでは会員の皆様に、気軽に楽しく参加していただける健康イベントのご案内をお届けしております。



## サンアリーナ HAPPY ウォーキング 二見町 潮風の道コース(約 5.8km)



point!  
皆さんが効果を実感し、楽しみながらウォーキングによる健康づくりに取り組んでいただけるよう皇學館大学教育学部教育学科身体運動学研究室・小木曾先生にウォーキングの正しい知識を学びましょう！ためになるお話も沢山聞かせていただけると思います！（小木曾先生は市内のウォーキングコースの運動効果の検証を伊勢市と取り組んでおられます。）

【日 時】平成 25 年 9 月 29 日 (日) 10:00~12:00 (受付 9:30~)

【集 合 場 所】二見生涯学習センター駐車場

【参 加 対 象】小学生からご高齢者までの健康な方

【内 容】二見町生涯学習センター駐車場から今一色方面に歩き、松並木を抜けて海沿いに興玉神社を目指します。ゴールはスターと地点と同じ、二見生涯学習センター駐車場です。(約 5.8 km のコースです)

【講 師】皇學館大学教育学部教育学科 小木曾一之先生

【募 集 人 数】50 名 (定員になり次第終了)

【参 加 費】無料

【準 備 物】動きやすい服装 (靴)、帽子、飲み物

【申 込 方 法】電話申込み **8/29 (木) より受付開始**

【備 考】保険には主催者が加入いたしますので、申し込みの際、氏名・住所・生年月日をお伝えください。

※当日の終了時間は若干変更となることもございます。

受付・お問合せ先→(株)スルチャ三重 事業グループ

電話 0596-22-7700

三重県伊勢市朝熊町字鴨谷 4383-4  
三重県営サンアリーナ

指定管理者 株式会社スルチャ三重

