

# 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 いきいき健康広場コース(約 4.5km)

「いきいき健康広場」から市道2号線に出て、三郷山の「ふれあいの広場」まで歩く、往復コースです。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学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！

- 【日 時】 平成 25 年 11 月 4 日 (月・祝) 10:00~12:00 (受付 9:30~)
- 【集 合 場 所】 いきいき健康広場 (神路園と万亀会館の間) 伊勢市二俣町 577-9  
※お車は神路園さんの駐車場にお停めください。
- 【参 加 対 象】 小学生から高齢者までの健康な方
- 【内 容】 「いきいき健康広場」から市道2号線に出て、三郷山の「ふれあいの広場」まで歩く、往復コースです。(4.5 km)
- 【講 師】 皇学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 **10/4 (金) 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acol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acolチャ三重

