

あきたポールウォーキングクラブ
第一日曜日9時～千秋公園にて定期開催中



秋田市長寿福祉課
委託事業

令和8年度
セレクト型
はつらつくらぶ

ポール
ウォーキング教室

参加者募集



☆会場：東地区コミュニティセンター（いこいのホール1・2ほか）

☆とき：1クール目 8/29、9/12、9/26、10/10、10/24、11/14

2クール目 1/9、1/23、2/13、2/27、3/13、3/27

いずれも土曜日、14：00～15：30

※どちらかのクールにお申し込みいただけます

☆参加料：なし、ポールはご用意します

☆対象：65歳以上、自力での参加が可能でこれまではつらつくらぶ事業に参加したことのない方

☆主催：あきたポールウォーキングクラブ

☎090-9744-6421(長谷部、16時以降)



お申込み・お問い合わせはこちらから