

第32回 地域貢献大学開催！

第31回地域貢献大学に多数のご参加を頂き、誠にありがとうございました。
今回は、『ウォーキングで楽しく健康に！』をテーマに東京都ウォーキング協会の方に
ご説明頂きます。皆様ふるってご参加ください！

ウォーキングで楽しく健康に！

講師 非営利活動法人 東京都ウォーキング協会
副会長 大塚 忠克 氏
副会長 山崎 恭夫 氏
ウォーキングアドバイザー 小谷 好美 氏

～プログラム～

- (1) 講演「ウォーキングの勧め」
- (2) 座学「靴の選び方」
- (3) 実技「ストレッチ」
- (4) 実技「美しい歩き方」
- (5) 座学「長続きのコツ」



開催日：平成26年1月25日(土)

<案内図>

開催時間：13時30分～15時30分

場所：太陽ハウス 本社3階
(新松戸駅 徒歩5分)

費用：無料 (要予約)

※お電話、FAX、E-mailにて、受付しております。

【お申込み先】

TEL: 047(343)1112 (日曜・祝日は除く)

FAX: 047(343)1192

E-mail: fes@taiyo-house.co.jp



〒270-0034 千葉県松戸市新松戸1-204



太陽ハウス株式会社

地域貢献大学事務局

URL <http://www.taiyo-house.co.jp/>