

## 2023年度 教室日程



□くまがし健康ウォーキング

2023. 2

クラス	時間	集合場所
くまがし 健康ウォーキング	9:00～11:00 (7・8月開催なし)	(水) 道の駅 第2駐車場 (土) 文化センター どんぐり広場 ※ 季節ごとに観光名所へのバスツアーあり(参加費別途)

【講師】 全日本ノルディックウォーク連盟 城 光良 他

【持ち物】 ノルディック・ポール(3カ月間のレンタル有)・飲み物

年	月度	水曜日	土曜日	
2023年	1期	4月	5, 19	8, 22
		5月	10, 24	13, 20
		6月	7, 21	3, 17
	7月	開催なし		
	2期	9月	6, 20	16, 30
		10月	11, 25	7, 21
		11月	1, 15	11, 25
12月		6, 20	2, 16	
2024年	3期	1月	10, 24	20, 27
		2月	7, 21	3, 17
		3月	6, 27	2, 16

【欠席連絡・雨天時・警報時の教室開催について等参加規約をご覧ください】

当日朝7時のNHK天気予報にて、午前の奈良県北部の  
降水確率が40%以上、または日中の気温が34℃以上の場合は中止します。

日程、場所は諸事情により変更することがあります。

✉ heguri@kumagashiclub.com ☎ 0745-46-3550

くまがしクラブ事務所受付時間 9:00～16:00

月曜・日祝日・夏期休暇・年末年始、他事務所指定休日有