

3 / 1、4 / 5

主催:北柏第2地域包括支援センター
脳トレウォーキング“歩々歩の会”

モラージュウォーク ほ♪ほ♪ほ♪



- ♪健康体操
- ♪モラージュ柏屋上グラウンドをウォーキング
- ♪運動の後は各自で食事や買い物をゆっくりお楽しみください

<日時>①3月1日(水)・・・2月1日～受付開始
②4月5日(水)・・・3月1日～受付開始
10:30～11:30(集合開始10:15～)

※雨天時(小雨でも)は中止とします。

※体操とウォーキングが終わったら解散となります。

<集合場所> 柏市大山台2-3 モラージュ柏
屋上グラウンド

<参加申し込み・問い合わせ>

北柏第2地域包括支援センター

電話 04-7179-5500

<参加定員>

先着申し込み30名様まで(事前に電話でお申し込み下さい)

- ・感染症予防対策の為、お手数ですが事前のお申し込みにご協力ください。
- ・体操、ウォーキング後の多数集団での買物や会食等は感染対策上、お控えください。各自少人数でお楽しみ頂けますようご協力お願いします。

※当日は検温と体調チェックをさせていただきます。

