

プロのスポーツコーディネーターによる

# はじめての ウォーキング教室

MUSASHINO  
PARK  
FITNESS



ダイエットや運動不足の解消に！  
ビギナー向けにウォーキングの  
基礎や長く続けるコツなどを  
紹介します♪

日 時 2021年  
**11/15(月)**  
10:30~11:30 雨天中止

対 象 **18歳以上**

定 員 **10名(先着順)**  
※当日でも空きがあれば参加可能です。

場 所 **武蔵国分寺公園 円形広場**

持 ち 物 **運動しやすい服装、シューズ、飲み物**

申込方法 **電話または武蔵国分寺公園サービスセンター窓口にて事前申込**

**TEL: 042-323-8123**

(武蔵国分寺公園サービスセンター)

参加費

税込**300円**  
(保険料他)

※お預かりした個人情報はおお客様との連絡にのみ使用させていただきます。  
※マスクを着用ください。教室開催中は着脱可能です(低酸素症防止のため)。  
※新型コロナウイルスの感染状況により、中止になる場合がございます。  
予めご承知の上、お申込み下さい。

主催：西武・武蔵野パートナーズ

むさしのの都立公園

