

健康ウォーキング

(事前申し込み不要)

ご参加時の持ち物

飲み物・タオル・帽子・雨具・お持ちであれば歩数計

☆当日は動きやすい服装及び歩きやすい靴でご参加ください。

◎当日の天気予報で朝7時直前のNHK放送(横浜)の降水確率が50%以上の場合は、翌日に順延です。翌日も降水確率が50%以上の場合は中止です。

中原御殿散策 (第185回)

日時：令和1年11月12日(火) 9時30分(出発予定)から12時10分

集合場所：総合公園、野外ステージ前

受付：9時から

総合公園
野外ステージ前

コース
[7km]



ヘルシーロード



鉤の手道



雲雀野御殿跡



中原上宿遺跡歩道



日枝神社



中原公民館

土屋の里山〈越原から銭洗い弁天〉を歩こう (第186回)

日時：令和1年12月10日(火) 9時30分(出発予定)から12時30分

集合場所：神奈川大学 正門前

受付：9時から

神奈川
大学
正門前

コース
[6km]



遠藤原



木村植物園



銭洗い弁天



土屋一族の墓



熊野神社

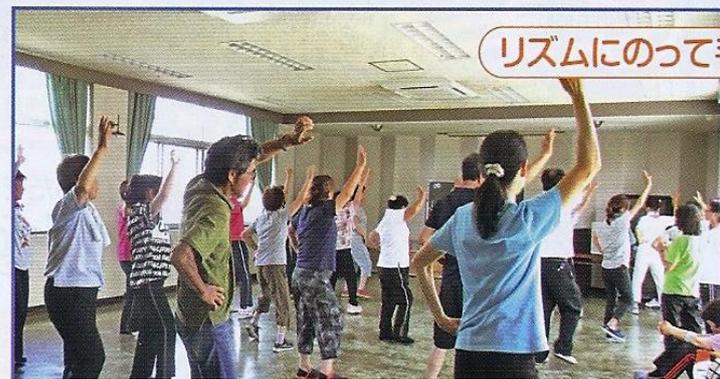
くすの木体操

(事前申し込み不要)

～誰もが簡単に健康づくりができるようにと考えられたご当地体操です～

ご参加時の持ち物：バスタオル・汗ふきタオル・飲み物・室内運動靴

☆当日は動きやすい服装でご参加ください



リズムにのって手足を動かして♪



講習会

講師

村田 節子氏

(平塚市まちづくり財団)

●日時：令和1年11月8日(金) 13時30分～15時

受付：13時から 場所：横内公民館 2階ホール

●日時：令和1年11月29日(金) 13時30分～15時

受付：13時から 場所：金目公民館 2階集会室

3B体操

(事前申し込み不要)

～誰にでも無理なく楽しんでいただける体操です～

★日時：令和1年11月18日(月)

13時30分～15時00分

受付：13時00分から

場所：大原公民館、3階集会室

講師：公益社団法人日本3B体操協会

神奈川南支部 松本清子氏

ご参加時の持ち物

バスタオル・汗ふきタオル・水分補給できるもの・室内用運動靴

☆当日は動きやすい服装でご参加ください。



