

健康講座

# ウォーキング教室

～烏森皇大神宮をめぐり、季節を愛でる～

5km程度のウォーキング

【コース】藤沢公民館(Fプレイス)スタート→御殿辺公園→白旗神社→  
白旗稲荷→烏森皇大神宮→藤沢公民館(Fプレイス)

日時：2024年(令和6年)11月26日(火) 少雨決行  
午前9時30分～正午(午前9時15分受付開始)

※荒天の場合は12月3日(火)に行います

集合：藤沢市藤沢公民館・労働会館等複合施設  
(Fプレイス)2階 多目的室1

講師：湘南ふじさわウォーキング協会

対象：成人20人

申込み：11月5日(火)午前9時～  
来館または電話で(先着順)

【持ち物】タオル・飲み物・帽子

【参加にあたってのお願い】

- ・動きやすい服装・靴でお越してください。
- ・主治医に運動を制限されている方は、ご遠慮ください。
- ・当日の体調管理はご自身でお願いいたします。
- ・ご自宅に血圧計がある方は、血圧を測ってきてください。

●○申込み・問合せ○●

藤沢公民館 藤沢市本町 1-12-17

平日の午前9時～午後5時

Tel 0466-22-0019

Fax 0466-22-0293

