

# ポールウォーキングのご案内

## (9月~12月)

開催日時： 毎月第2、第4月曜日

H29年9月11日、25日 10月23日 11月13日、27日 12月11日

10:00 ~ 12:00 全6回シリーズ

\* 一回はプチ遠足を予定しております。詳細は後日お知らせします

集合場所： 田園調布せせらぎ公園

※時間通り開始致します。個人的なご対応は致しかねますのでご了承下さい。

料金： 参加費 一括払い 3,000円 (500円×6回)

※ 初回開催日にお持ちください。

参加費 単発払い 1回 700円

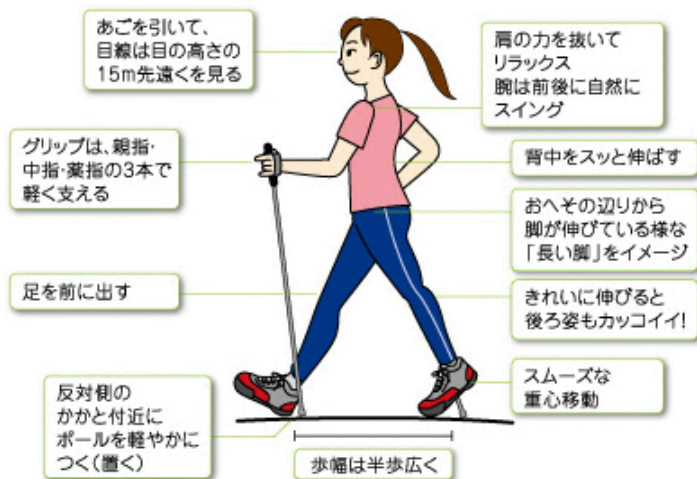
ポールレンタル代 1回 500円

※ 天候不順による開催中止の場合のみ返金させていただきます。

※ 田園調布グリーンコミュニティが主催するプログラムにご参加の場合は、別途年間登録料1,500円を頂戴します。

定員： 20名

☆ご不明な点がございましたら、事務局までご遠慮なくご連絡下さい



2本のポールを使って歩行運動を  
補助し、運動効果をより増強する  
フィットネスエクササイズです

【主催】一般社団法人 田園調布グリーンコミュニティ

【お問い合わせ】田園調布グリーンコミュニティ事務局

Tel : 03-6715-6866 Fax : 03-6715-6876

Mail : info@den-green.com HP : http://www.den-green.com

<< 申込書 >>

一般社団法人 田園調布グリーンコミュニティ 行 (FAX : 03-6715-6876)

H29年4月~6月 ポールウォーキング 参加申込み 新規・継続

■氏名： \_\_\_\_\_ (ふりがな： \_\_\_\_\_)

■電話連絡番号 \_\_\_\_\_ (雨などによる練習当日中止の場合の連絡先)