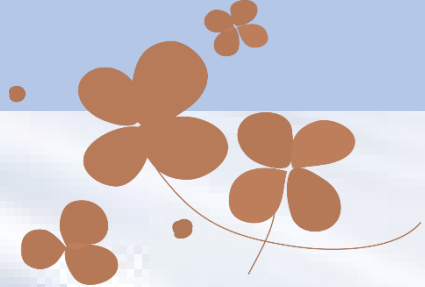


7 月
例 会



「市民おもしろ塾」

会 場

能代市文化会館中ホールなど

健康づくりのヒントをどうぞ

『ポールウォーキングを楽しむ』

講師：佐々木奈々子

(あきたポールウォーキングクラブ代表)

日時：令和8年7月11日(土) 13:30~15:30
(お話と実技)



第176回



2025.5開催の「ポールを持って歩く会秋田大会」
(@千秋公園)

ポールが
ない方には
お貸しします (40組)



費用 会 員：200円
非会員：300円



ホームページ
QRコード



Facebook
QRコード

お問い合わせ

市民おもしろ塾 事務局

TEL 090-7792-1293