

初心者大歓迎！

ウォーキング教室

2023年4月8日(土)・9日(日)

参加費無料

WALKING

こんな人におすすめ！

ウォーキングを始めたい！
運動不足を解消したい！
正しい歩き方を知りたい！



ミズノ株式会社の専門講師がウォーキングに適した靴選びや正しいフォームなどを丁寧にレクチャー！

HPはこちら▼



公益財団法人SGH文化スポーツ振興財団

SGH文化スポーツ振興財団は

地域の皆さまの文化芸術に対する創造的な育成と文化発展を図るとともに、
スポーツ振興支援を通じて地域の皆さまの心身の健全な発達に寄与することを目的としています。

日 時 | **4月8日(土)・9日(日)** 各日2回開催

午前の回：10:00～12:00

午後の回：14:00～16:00

対 象 | 18歳以上

集合場所 | 滋賀県守山市水保町北川2891
SGホールディングスグループ陸上競技場
※雨天時は総合体育館

定 員 | 各回40名

持 ち 物 | シューズ、飲み物、マスクをご持参のうえ
動きやすい服装でご参加ください
※雨天時は雨具(カッパ)、室内シューズ

【ウォーキングコース 4km】



歩行能力測定会

教室終了後、希望者には
歩行能力測定を行います。
自分自身の歩幅や歩く速
度等について知ることが
できます！

※開催の様子を撮影(写真・動画)し、広報素材として使用させていただく場合がございますので予めご了承ください。
※新型コロナウイルス感染防止対策(マスク着用)につきましては、開催時期の政府・県等の方針に基づき実施いたしますので、
ご理解いただきますようお願いいたします。
※主催者側で傷害保険に加入しておりますが、イベント参加中に負傷した場合に限ります。
※荒天時(台風等)や新型コロナウイルス感染拡大等、状況によっては中止する場合がございます。
※当日の検温で37.5℃以上の熱がある場合は入場をお断りいたします。

申込方法

申込期間

3月26日(日)まで

応募者多数の場合は抽選

下記QRコードを読み込んでください



ハガキでのお申し込みも承っております。

3月26日(日)必着 参加の可否は申込終了後に郵送いたします。

チラシ最下段の住所宛に以下の7項目を記入して投函してください。

- ①希望する開催日と時間
- ②参加希望者の氏名・フリガナ・性別・年齢
- ③参加希望者の住所と郵便番号
- ④参加希望者の電話番号
- ⑤緊急連絡先氏名・続柄
- ⑥緊急連絡先電話番号
- ⑦当財団のウォーキング教室参加の有無

各種SNSでイベントに関する情報や
スポーツ動画などを配信しています。
登録・フォローをお願いします。



Twitter ▶



Instagram ▶



YouTube ▶



公益財団法人SGH文化スポーツ振興財団

〒524-0102 滋賀県守山市水保町北川 2891 TEL:077-585-7821(受付時間:平日 9:30～17:00)