

参加者募集!!

昭和総合型地域スポーツクラブ キャメリア

ヘルスアップ ウォーキング

平成30年4月4日(水)～平成31年3月27日(水)

4月4日は無料体験会!
4月11日は遠出コース!

毎週水曜日 10:00～12:00

(少雨決行・悪天候の場合は内容・場所を変更して実施します)
*イベント開催も行います *詳しくは日程表をご覧ください

☆気軽に楽しく
体力づくりを!

☆仲間づくりに!

今年度は農業体験も行います!
7月はトウモロコシの収穫!

秋



春



冬

種目:ウォーキング ノルディック・ウォーキング/農業体験 等
集合場所:押原公園 *通常のウォーキングは管理棟裏の広場に集合します
対象者:どなたでも!!

♪4月18日までのお申込で
3,200円お得です。

会員 :年会費 5,000円 *全日程参加(年会費・通常ウォーキング含む): 10,000円 *遠出は含まれません
参加費(傷害保険料を含む): 会員1回 200円(遠出は1,000円)・回数券 11回 2,000円
非会員1回 500円(遠出は2,000円)・回数券 5回 2,500円

通常ウォーキング

農業体験

ノルディック

遠出

ワンウェイ

2018年4月 *4月4日は無料体験会

2018年5月

2018年6月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

2018年7月

2018年8月

2018年9月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

2018年10月

2018年11月

2018年12月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

2019年1月

2019年2月

2019年3月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					