

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

2021年4月7日(水)~2022年3月30日(水)

☆気軽に楽しく
体力づくりを!

☆仲間づくりに!

年間通して歩くことで、
季節の変化、
仲間との交流を楽しめます♪



毎週水曜日 10:00~12:00

(少雨決行・悪天候の場合は中止とします)

*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



種目:ウォーキング ノルディック・ウォーキング 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14日までのお申込で
3,000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: 会員 1回 200円(遠出は1,000円)・回数券 11回 2,000円
(傷害保険料を含む) 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

サマータイム9:30~

ノルディック

遠出

2021年4月

2021年5月

2021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			

2021年7月

2021年8月

2021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		

2021年10月

2021年11月

2021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				

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	

2022年1月

2022年2月

2022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					

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		