

小網代の森 de 未病ウォーク&カニさんヨガ体験



2018/12/2(日) 9:30~12:00



三浦市社協安心館+小網代の森・アカテガニ広場

小網代の森で未病ウォークと誰にでも出来るカニさんヨガを体験しませんか？ 寒さに負けないように小網代の森の澄んだ空気を吸って体を動かしましょう！ 三浦市社会福祉協議会と連携し未病について学び体の状態もチェックします！



◇未病ウォーク講師
三浦市社会福祉協議会
成田 慎一氏



◇カニさんヨガ講師
三浦市在住
ほしかわ まほ氏

集合場所	三浦市社協 安心館 9:15 受付開始 9:30 までに集合してください
募集人数	30 名 どなたでも参加できます
参加費	300 円(保険代)
服装	体が動かしやすい服装・歩きやすい靴
持ち物	飲み物・汗拭きタオル・雨具等

★会場へのアクセス

京浜急行三崎口駅下車→

城ヶ島・三崎東岡・通り矢・油壺方面

京急バス「引橋」下車 徒歩1分

※駐車場台数に限りがあります。

公共交通機関でのご来場をお願いします。

★健康管理・安全確保は参加者の自己責任でお願いしています。万が一の場合はスタッフがサポートします。



中止の場合のみ当日朝 7:30 までに電話連絡します。
気象条件により、晴天であっても中止になる場合があります。
ご承知おきください。



三浦市社会福祉協議会 安心館

(旧)三浦市総合福祉センター

三浦市南下浦町菊名 1258-3

TEL 046-888-7347

★申し込み・お問い合わせ 小網代野外活動調整会議 事務局：石川

下記アドレスに以下を明記してメールで申し込んで下さい

①参加者全員の氏名・年齢 ②住所 ③当日連絡のつく携帯番号

Address : moshapiko@gmail.com

TEL : 046-540-8320(平日 10:00~16:00 繋がらない場合があります)

主催:NPO 法人小網代野外活動調整会議

