## 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

★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。

## **介**雨天中止**介**

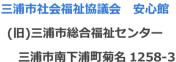
中止の場合のみ当日朝7:30までに電話連絡します。 気象条件により、晴天であっても中止になる場合があり ます。ご承知おきください。



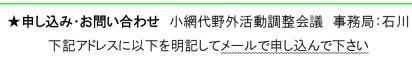
★会場へのアクセス

## 京浜急行三崎口駅下車→ 城ヶ島・三崎東岡・通り矢・油壷方面 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。



TEL 046-888-7347



Address: moshapiko@gmail.com

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

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

