

# まほろば秦野通信

令和4年9月20日

タイトル	<b>ポールウォーキング体験教室を開催</b>
When (いつ)	10月5日(水曜日) 9:30~11:00 ※雨天の場合は12日(水曜日)
Where (どこで)	今泉あらい湧水公園 他(南地区の複数の公園を散策) (所在地: 秦野市今泉335)
Who (だれが)	日本ポールウォーキング協会公認コーチ 小野塚 由紀夫(南公民館長)
What (なにを)	・ポールウォーキングの基礎を学びます(レンタルポールあり) ・ポールウォーキングを利用し、地区内の公園を散策します。 ・運動不足の方やもっと歩きたい人のために、自力歩行のサポートであるポールウォーキングを体験してもらうことで、健康増進を図ります。
How (どのように)	
Why (なぜ)	
過去の実績	公民館の直営自主事業としては、秦野市で初めての取り組みとなります。
今後の取り組み	定期的な講座の開催、及び市内11か所ある公民館でポールウォーキングの普及活動に取り組んでいきたいと考えています。
問い合わせ	南公民館 小野塚 電話: 0463(81)3001