

レッツ!!!

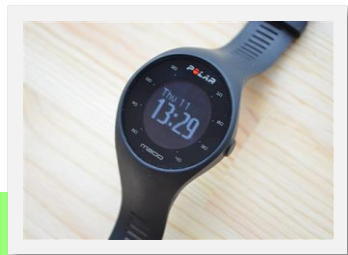
参加無料

健幸

ウォーキング



時計型の心拍数計を使用し、マップを見ながら、個人でウォーキングを行います。
※スタッフは同行しません



【開催日】 ※雨天中止

① 6月18日（金） 泉中央周辺3.6kmコース

集合場所：仙台市健康増進センター

② 6月29日（火） 勾当台公園～西公園周辺2.4kmコース

集合場所：勾当台公園野外音楽堂

※①、②共通

【集合時間】 10:00から15分ごとに5名ずつ受付

【対象】 運動可能な市民20名（先着）

【持物】 タオル、飲み物、マスク、歩きやすい靴
動きやすい服装でお越してください

※活動量計（ポラール）をお貸しします。当日、本人確認のできるもの（免許証など）のご提示をお願いします。

【費用】 無料

【申込方法】 電話、窓口（先着順）

【申込・問い合わせ先】

仙台市健康増進センター 担当：健康推進係

電話：022-374-6661 電話受付時間：9:00～17:00

休館日 月曜日（休日にあたる場合はその直後の休日でない日）