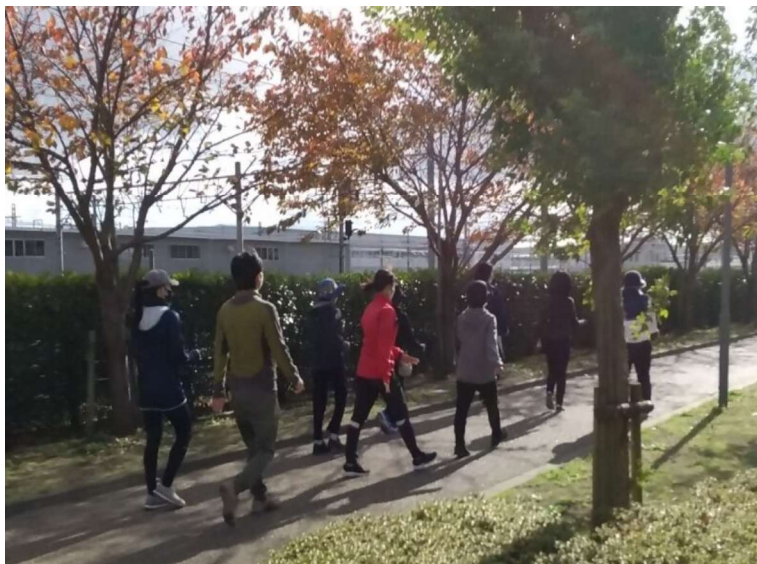


秋空のもと、元気に歩こう

秋の紅葉ウォーキング



※写真はイメージです



※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あらかじめご了承ください。

イベント詳細

場 所 滋賀ダイハツアリーナ 大会議室
ルート：ダイハツアリーナ～びわこ文化公園

日 時 11月8日(日) 10:00～11:30
集合/9:45

受講料 1,100円 (税込)

対 象 高校生以上 定員：20名 (先着順)

※当日のキャンセルは
料金の100%を頂戴いたします

持ち物 動きやすい服装、歩きやすい屋外シューズ、
帽子、飲み物、タオルを持参してください。
※貴重品は各自で管理をお願いいたします。

内容 滋賀ダイハツアリーナからびわこ文化公園までの
往復約4キロを自然を見ながらのグループウォーク。
準備体操、歩き方指導、効果的なインターバルウォーク、
整理体操を紹介します。
楽しい約90分の教室に是非ご参加ください！

申込方法

- ・施設窓口
- ・お電話 (077-545-0108)

雨天の場合は、メインアリーナの
ランニングコースに
ルートを変更いたします。

講師
金谷 美由紀

- ◆健康運動指導士
- ◆大学卒業後、OLを経て
ダンスインストラクターに
- ◆1987年 ミズノ株式会社入社、
フィットネスウエア&シューズ企画販促、
健康イベント企画を務める
- ◆2001年 ミズノアクアフィットネス事務局長
として、水中運動指導者の教育・養成事業に
関わる。
- ◆2025年～現在、運動づくり指導員として活動中



滋賀ダイハツアリーナ

TEL:077-545-0108

〒520-2164

滋賀県大津市上田上中野町779番地

●営業時間 8:00～22:00

●休館日 第3月曜日
(祝日の場合、翌平日)
年末年始 (12/31～1/2)