

⑳ ノルディックウォーキング体験教室

問・申 事務局 ^{やまぐち}山口 Tel 090-6501-3427

ノルディックウォーキングは運動不足の解消と、理想的なエクササイズができます。専用ポールは無料で貸与します。この機会にぜひ健康づくりを体験してみませんか。

日時 5月14日、28日の水曜日 午前10時～正午

場所 笠間芸術の森公園内(笠間市笠間2345) 集合：北駐車場 インフォメーションセンター前

講師 日本ノルディックウォーキング協会(JNWA)所属インストラクター

定員 各日10名(先着順)

参加費 無料

申込方法 電話でお申し込みください。

申込期限 5月9日(金)

※靴はローカットシューズをおすすめします。飲み物は両手が自由になるように、リュックやウエストポーチに入れてください。

㉑ 読み語りの会

問 ^{こぼやし}プラスワン 小林 Tel 080-1207-2954

読み語りの会プラスワンが朗読会を開催します。事前申し込みは不要ですので、気軽にお越しください。

日時 5月20日(火) 午後1時30分～

場所 地域交流センターともべ「トモア」(笠間市友部駅前1-10)

内容 犬の病気、ふるやのもり、パネルシアター「いっぴきたりない ブーブー」ほか

㉒ 笠間市文化連盟「旅の会」

問・申 笠間市文化連盟 事務局(〒309-1632 笠間市飯合515) ^{ふじおか}藤岡 Tel 0296-74-2929

神秘の湧き水「^{おしのほっかい}忍野八海」と^{ふじせんげん}富士浅間神社を楽しみませんか。

日時 5月20日(火) 出発：午前7時 到着：午後6時30分予定 ※雨天決行

集合場所 市民体育館うら南側駐車場(笠間市石井2068-1)

コース 忍野八海(自由散策・昼食)→富士浅間神社→笠間着 ※1時間毎にトイレ休憩

定員 45名(先着順)

参加費 6,000円(バス代・保険代を含む) ※当日ご持参ください。

持ち物 弁当・飲み物・雨具など

申込方法 ハガキに住所、氏名(連名可)、電話番号を記入のうえ郵送でお申し込みください。
申し込みした方に確定通知を郵送します。

申込期限 5月15日(木) 必着