

# 歩いて見つけよう

## 甲突川沿いの歴史物語 ～永吉・草牟田編～

開催要項

- 講座名：ウォーキング講座・ストレッチ講座
- 目的：鹿児島探検の会 代表 東川隆太郎先生をお招きして、街歩きのコツを楽しく学びます。  
健康に生き生きとしたウォーキングに欠かせない軽ストレッチも実践していただけます。  
ストレッチ講師：アーバンウエルネスクラブERG 健康運動指導士 吉村洋子
- 日時：平成28年2月14日（日） 10:00 - 12:00 （受付 9:30-）
- 場所：鹿児島アリーナ\_会議室と施設周辺
- 内容：映像による街歩きの楽しみ方講座と、怪我等予防に欠かせないストレッチ体操の実技。
- 定員：40名
- 講師：鹿児島探検の会 東川隆太郎 代表 / 健康運動指導士 吉村洋子
- 受講料：無料 ※車でお越しの方は、駐車場代 300円 必要となります。
- ご用意下さい：運動しやすい服装・シューズ・タオル。
- 申込方法：開催要項をご確認の上、下記申込用紙に、必要事項を記入し、  
当施設窓口へ直接申し込いただくか、お電話にて申し込ください。

申込み期間：平成28年1月10日（日） - 平成28年2月7日（日）まで

（定員に達し次第、締め切ります。）

- お問い合わせ

**鹿児島アリーナ** ウォーキング教室係りまで 8:30 - 21:00（駐車場:8:30 - 21:00）

〒890-0023 鹿児島市永吉1丁目30番1号

TEL.099-285-2244

指定管理者 株式会社ニチガスクリエート・株式会社ビルメン鹿児島 共同企業体

キリトリ線

歩いて見つけよう

参加申込書

シメイ  
氏名：

平成 年 月 日  
生年月日： ・ 昭 年 月 日

ご住所：

年齢 歳

お電話番号：

お車の利用： 有 ・ 無

※ 当企業体は、個人情報重要性を認識し当企業の個人情報保護方針に基づいて、個人情報保護に努めます。