

<第7期>

やきもの散歩道 ウォーキング

ウォーキングが体にいいことは知ってるし、近所をたまに歩くけど、なかなか続かない…。そんな方に、やきもの散歩道はサポートします。

『1日 8000 歩、20 分の中強度活動』が健康のカギだといわれています。

A コースの距離と高低差は、平均不足歩数を補って中強度活動になり最適です。

歴史ある景観、魅力的なお店とスタッフの笑顔…歩くたびに健康増進と魅力発見がある、やきもの散歩道ウォーキングを、さあ、始めましょう！

10月～

開催 (R6.3月末まで)

講座

ウォーキング講座

毎月**第3日曜日** 10時～(15分程度)

やきもの散歩道大駐車場(バロー向かい)

申込・参加費不要(どなたでも参加できます)

10/15・11/19

12/17・1/21

2/18・3/17

スタンプカードを進呈

特典

スタンプカード

A コース1周で1ポイント(全3カ所のスタンプで1周)

↓1周でスマイルポイント1つ

スマイルポイント対象事業(常滑市社会福祉協議会)

その他

・スタンプ場所

土管坂休憩所・陶磁器会館・登窯広場展示工房館

詳しくは市ホームページをご覧ください

※土管坂休憩所に掲示板を設置します



常滑市スポーツ推進委員
常滑市生涯学習スポーツ課

<連絡先>

電話 0569-43-5111(常滑市体育館内)