

健康ウォーキング

ご参加時の持ち物: 飲み物・タオル・帽子・雨具・お持ちであれば歩数計、健康サポート手帳

☆当日は動きやすい服装及び歩きやすい靴でご参加ください。

※当日朝7時のNHK天気予報(テレビ画面左上に地域別に順次表示される予報情報)で、横浜の降水確率が50%以上は翌日に延期、翌日も同様の場合は中止。

金目公民館から花菜ガーデンと平塚の田園 (第255回)

日時: 令和8年11月10日(火) 9時20分(開始予定)から12時00分

集合場所: 金目公民館<受付 9時から>

金目公民館

コース
[6.9Km]



金目川堤



花菜ガーデン



はらとパーク平塚PA

平塚の街中から砂丘を歩く (第256回)

日時: 令和8年12月8日(火) 9時20分(開始予定)から12時00分

集合場所: 湘南海岸公園<受付 9時から>

湘南海岸公園

コース
[6.1Km]



村井弦齋公園



ひらつかシーテラス



須賀港



浜辺のさんば道

くすの木体操 講習会

(事前申込不要)



ご参加時の持ち物

室内運動靴・フェイスタオル・飲み物・お持ちであれば健康サポート手帳
☆当日は動きやすい服装及び歩きやすい靴でご参加ください。

講師:栗原智美氏(健康運動指導士)

日時:令和8年11月10日(火) ★受付:13時～

13時30分～15時 ★場所:大野公民館(1階ホール)

日時:令和8年11月26日(木) ★受付:13時～

13時30分～15時 ★場所:旭南公民館(1階体育館)

日時:令和8年12月3日(木) ★受付:13時～

13時30分～15時 ★場所:須賀公民館(2階ホール)