



道民の森

要予約

ハルディックウォーキング・2～4回目

【日 時】 10時～15時

2回目：6月4日(土) 3回目：8月28日(日) 4回目：10月2日(日)

【場 所】 道民の森神居尻地区 総合案内所前

【定 員】 各先着20名

【参加料】 1000円

※午前：ウォーミングアップ・基本歩行・ポールを使った森林散策

※午後：ヨガ・血管年齢測定

※地元食材を使ったお弁当付き

【持ち物】

天候により防寒着、雨具、長靴、帽子、タオル、肌を出さない服装、虫除け、コロナ対策としてマスク、手指消毒用品など。



【支援協力】

株式会社 秀岳荘

tel:011-860-1111 fax:011-860-1155

〒003-0026 札幌市白石区本通1丁目南2-14

【申込先及び問合せ先】

一般財団法人北海道森林整備公社 道民の森管理事務所

tel:0133-22-3911 fax:0133-22-3993