

みなみぐるりんせんぽ ウォーキング



みなみ健康チャレンジスタンプラリー
二次元コード

秋の京都を歩きませんか？骨密度測定も実施します！



11/27 [金]

第1回

内容

骨密度測定・室内運動



12/11 [金]

第2回

内容

ウォーキング(約2km)

雨天時は室内運動

途中まででもOK！



区役所 → 東寺 → 唐橋西寺公園
START GOAL

時間

13:30～15:00 (受付13:15～)

場所

南区役所別館ホール

対象

南区民 (両日参加できる方優先)

定員

15名 (予約制、先着順)

申込

10/20 (火)～11/26 (木) に電話または窓口で
南区役所健康長寿推進課 (3階36番窓口)

075-681-3573 (平日9:00～17:00)