新歩こう会 予定表

高田です。コロナでお休みしていましたが、４月から歩こう会を再開しています。

新しい仲間と一緒にスポーツを楽しみませんか？お気軽にご参加ください！

日程

令和8年　9月10日（木）
令和8年 10月 8日（木）
令和8年 11月12日（木）
令和8年 12月10日（木）

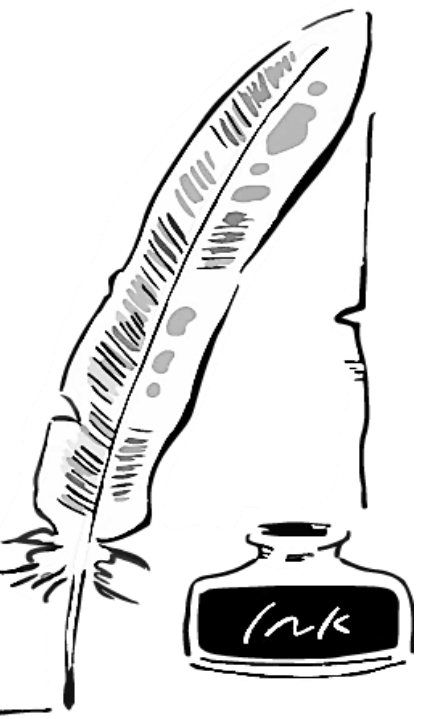
8時00分～8時30分

集合場所

高石加茂病院　玄関

内容

高石市内のウォーキング、ロコモトレーニング等
※雨天の場合はロコモトレーニングのみ



医療法人　医進会　高石加茂病院