

にこ、ニコニコディ 2月22日 はスロージョギングの日



ゆっくり走るだけで、
脳と体が元気になる！



ダイエット

メタボ対策

アンチエイジング

糖尿病予防

肩こり改善

ストレス解消

コミュニケーション

高血圧対策

便秘改善

田中宏暁先生のスロージョギング教室

SLOWJOGGING in YAMADAIKE 参加者募集 (定員になり次第締め切り)

日時：2014年2月22日 午後2時～(受付 午後1時より)

場所：山田池公園 南地区 大芝生広場 および 外周囲路

講師：田中宏暁先生(福岡大学教授)

内容：レクチャー + 実技

定員：先着200名

参加費：無料

申込み・問い合わせ(電話)：072-851-4761

山田池公園管理事務所までお申込みください。

申込み・問い合わせ(WEB)：<http://sjmate.net>

スロージョギング 山田池公園 で 

