

「いきいき小菅ヶ谷」

2021年10月

NO. 176



10月、本格的な秋がやって来ました。暑くもなく寒くもなく健康づくりには絶好の季節です。今月もコロナ感染症に十分気をつけながら健康づくりを楽しみましょう！

今月のウォーキングは、本牧公園から秋の三溪園を巡ります。グラウンドゴルフは11月23日（祝日）に誰でも参加できる「グラウンドゴルフ大会」を計画していますので、10月はそのための練習の場としてグラウンドゴルフに是非ご参加し腕を上げてください！

秋の「三溪園、八聖殿、本牧公園」を巡ろう！

開催日 10月30日（土）（雨天中止）

集合場所・時間 本郷台駅前時計付近 10時

参加費 100円

コース 本郷台駅～根岸駅～本牧公園～八聖殿～三溪園～根岸駅（解散）



*交通費、お弁当、入園料、敬老パス、はまともカード、雨具など

グラウンドゴルフ

11月の大会に向けて10月は腕を磨こう！

日時 10月22日（金）10時00分～12時（雨天中止）

場所 小菅ヶ谷公園 スポーツ広場 事前予約不要、

用具不要、手ぶらでどうぞ！



お知らせ 11月23日（火祝日）に誰でも参加できて楽しめる「いきいき小菅ヶ谷グラウンドゴルフ大会」を開催します！