

ウォーキング大会

二中支部のウォーキング大会は早朝ウォーキングです。
はすの花を観賞しながら気持ちよく歩くことができました。



ウォーキング大会

4月22日に都和中支部でウォーキング大会を行いました。
天気も良く、気持ちよく歩くことができました。



《活動報告》

運動普及推進員連絡協議会 全体研修会 2019.2.4

つくば市でセラピューティックピラティス セラピストとして活躍されている理学療法士の福田理さんを講師にお招きして、自分のカラダと向き合いました。

