

ウォーキンググループ一覧

クラブ名	会場(集合場所)	活動日時
①ひまわりの会 (脳活性化)	最寄りの東上線駅集合	月2回水曜朝から
②クラブミズバショウ (脳活性化)	鶴瀬西交流センター集合	隔週木曜AM
③チャレンジ (脳活性化)	健康増進センター集合	毎週火曜AM
④歴歩の会 (脳活性化)	健康増進センター集合	毎週火曜AM
⑤どんぐり (腰痛ひざ痛予防)	健康増進センター集合	毎週火曜AM
⑥月曜会 (腰痛ひざ痛予防)	健康増進センター集合	毎週月曜AM
⑦マーガレット (腰痛ひざ痛予防)	針ヶ谷コミセン集合	毎週火曜AM
⑧かよう会 (持久力向上)	健康増進センター集合	毎週火曜AM
⑨歩水会 (持久力向上)	健康増進センター集合	毎週水曜AM
⑩歩歩クラブ (代謝アップ)	健康増進センター集合	毎週水曜AM
⑪チームけやき (ノルディックウォーキング)	水子貝塚公園集合	毎週火曜AM
⑫ノルディックみずほ (ノルディックウォーキング)	みずほ台中央公園集合	毎週水曜AM
⑬NW諏訪の森 (ノルディックウォーキング)	文化の杜公園	毎週火曜AM
⑭勝瀬っぱらノルディック (ノルディックウォーキング)	勝瀬原記念公園	毎週火曜AM
⑮ノルディックつるせ台 (ノルディックウォーキング)	つるせ台公園	毎週月曜AM
⑯NWゆうゆうの丘 (ノルディックウォーキング)	ゆうゆうの丘公園	毎週火曜AM

※NW→ノルディック・ウォーキング