

# 初めての リズムウォーキング

上野原市公式LINE  
「友だち追加」が  
完了している方は  
ここから申込できます！



お気軽に  
ご参加ください♪



回数	期間	回数	時間	参加費	申込期間
第1回	5～6月	8回	19:30～ 21:00	2,400円	4月15日（水）～ 4月28日（火）
第2回	8～10月	6回	19:30～ 21:00	1,800円	7月29日（水）～ 8月12日（水）
第3回	1～2月	6回	13:30～ 15:00	1,800円	12月16日（水）～ 12月25日（金）

場所：もみじホール 募集定員：各回50名

対象者：市内在住者・市内在勤者

持ち物：ストレッチマット(なければ大判タオル)  
飲み物・屋内用運動靴

服装：運動に適したもの

※参加費は初回受付にて納めてください。(お釣りのないようご準備ください)



## 令和8年度リズムウォーキング日程

予約時の選択に必要な1日目を太字にしています！

第1回（**5月13日**, 5月20日, 5月27日, 6月3日, 6月10日, 6月17日, 7月1日, 7月8日）

第2回（**8月26日**, 9月2日, 9月9日, 9月16日, 9月30日, 10月7日）

第3回（**1月13日**, 1月20日, 1月27日, 2月3日, 2月10日, 2月17日）

# リズムウォーキング申込

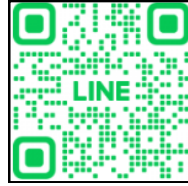


上野原市公式ラインから受付中！

QRコードからも  
申込できます！



上野原市公式LINE  
「友だち追加」が  
完了している方



上野原市公式LINE  
「友だち追加」が  
まだの方

## 申込方法

※事前にLINEで上野原市を友だち登録していただく必要があります。

1

上野原市のラインメニュー  
「手続き」を選択

2

表示の画面から右に移動し、  
「申し込み」内「講座・教室」を選択

3

「リズムウォーキング」を選択

4

申込したい回の  
1番最初の日付  
を選択、予約！

第1回は5月13日  
第2回は8月26日  
第3回は1月13日

例) 5/14の1日を予約すれば  
第1回の全日程予約完了！

### 令和8年度リズムウォーキング日程

予約時の選択に必要な1日目を太字にしています！

- 第1回 (5月13日, 5月20日, 5月27日, 6月3日, 6月10日, 6月17日, 7月1日, 7月8日)
- 第2回 (8月26日, 9月2日, 9月9日, 9月16日, 9月30日, 10月7日)
- 第3回 (1月13日, 1月20日, 1月27日, 2月3日, 2月10日, 2月17日)