

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	6回	19:30～ 21:00	1,800円	4月16日（火）～ 4月30日（火）
第2回	8～10月	7回	19:30～ 21:00	2,100円	7月30日（火）～ 8月13日（火）
第3回	1～2月	6回	13:30～ 15:00	2,100円	12月12日（金）～ 12月26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7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14日**、5月21日、5月28日、6月4日、6月11日、6月18日）

第2回（**8月27日**、9月3日、9月10日、9月17日、9月24日、10月1日、10月8日）

第3回（**1月14日**、1月21日、1月28日、2月4日、2月18日、2月25日、3月4日）

リズムウォーキング申込

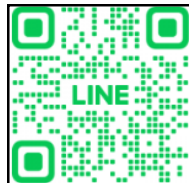


上野原市公式ラインから受付中！

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



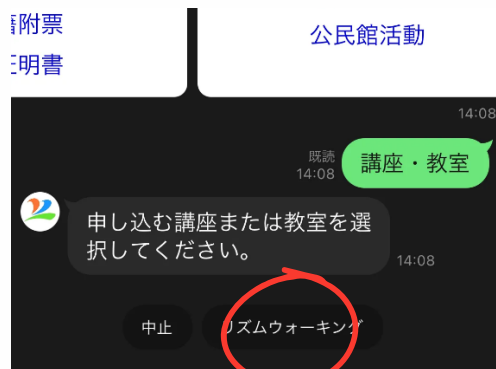
上野原市のラインメニュー
「手続き」を選択

2



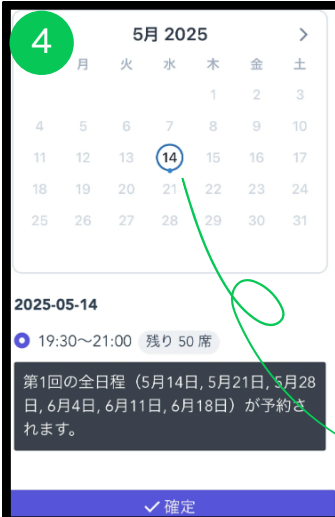
表示の画面から右に移動し、
「申し込み」内「講座・教室」を選択

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14日

第2回は8月27日

第3回は1月14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7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14日**, 5月21日, 5月28日, 6月4日, 6月11日, 6月18日)

第2回 (**8月27日**, 9月3日, 9月10日, 9月17日, 9月24日, 10月1日, 10月8日)

第3回 (**1月14日**, 1月21日, 1月28日, 2月4日, 2月18日, 2月25日, 3月4日)