

ウォーキングマシン

始まりました

南こしがや共生の家では、ウォーキングマシンによる運動をおこなっています。スタッフがついていきますので、歩くことが不安な方でも安心してご利用頂けます。ご自分のペースに合わせて歩くことができます。

ご自分のペースで
歩けます！



スタッフが
ついてい
るから
安心！



安全に楽しく！
体力アップを目指せます！

ウォーキングをおこなうことで、運動不足の解消
心身のリフレッシュにつながります。

南こしがや共生の家で、ウォーキングをはじめませんか？

住所：埼玉県越谷市南越谷1丁目2-16

南こしがや共生の家

電話：048-961-3770

FAX：048-961-3771