



あるくと（教室）



いつまでも『健康で楽しく』をモットーにMOSスポーツクラブでは「あるくと」教室を開講しております！ウォーキングやストレッチ等で心と身体をリフレッシュする1つの機会として、ぜひ本事業をご利用ください。

あるくと

- ★ 活動場所 すぱーく米原 米原学びあいステーション 他
- ★ 活動日時 あるくと 主に火曜日 9:30~11:00（月2~3回程度）
（諸事情により日時や会場、回数を変更する場合がございます。）
- ★ 参加対象 40歳以上対象
- ★ 講師 事務局スタッフ 他



あるくと（教室）	会員（年間費のみ）	一般
月2~3回程度	無料	1回500円

（※夏期・冬期は時間変更やお休みが有る場合がございます）



お問合せ先

MOSスポーツクラブ事務局

〒521-0003 米原市入江 292 番地（すぱーく米原内）

TEL：0749-52-0884 ※月曜休館

メール：npomos.maibara@gmail.com

公式HP <http://www.za.ztv.ne.jp/npomos/>

公式ブログ <https://npomos-maibara.hatenablog.com/>

【窓口対応時間】9:00~16:30

※16:30以降のお問い合わせはメールにてお願い致します。

※1回体験も随時参加して頂けます。



下記の申込書に必要事項を記入の上、参加料を添えて、事務局までお申込ください。
※MOSスポーツクラブ事務局（すぱーく米原内）以外での受付は行っておりません。

2026年度 あるくと（教室） 参加申込書

お名前	性別	ご住所	
フリガナ	男・女	〒	市
TEL		申込区分	参加種目
	MOS会員・一般	あるくと	

※お申し込みの際にお預かりしました個人情報は「あるくと」教室と、申込者と事務局の間での連絡のために利用させていただきます。「MOSスポーツクラブ・あるくと」教室以外での使用は致しません。

※参加料は納入後、原則として返金できません。くれぐれもご注意ください。

※活動中の映像、写真、記事記録等のテレビ・新聞・雑誌・インターネット等への掲載権および肖像権は主催者に帰属します。