

体を動かす1年に

ウォーキング & モルック



2025.6/19(木) 開始時間 12:30
終了時間 14:00

クリニックに集合してから中島公園まで歩いて
モルックを体験します。

初めての方大歓迎です！一緒に楽しみましょう！

- * 参加費はつむぎの会会員は無料、会員以外は100円となります
- * 初回はつむぎの会(糖尿病友の会)の総会があります
- * お昼ご飯を食べてからお越しください
- * 動きやすい服装でお越しください

ウォーキング&モルック 今後の予定

| | |
|---------------|---------------------|
| 7月18日 (金) | 【時間】 10:00~11:30 |
| 8月22日 (金) | 【時間】 10:00~11:30 |
| 9月19日 (金) | 【時間】 10:00~11:30 |
| 10月16日 (木) | 【時間】 12:30~14:30 |

モルックとは

木の棒(モルック)を投げて倒れた木製のピン(スキットル)の内容によって得点を加算していき、先に50点ピタリになるまで得点したほうが勝ち
集中力と計算力が鍛えられます

