

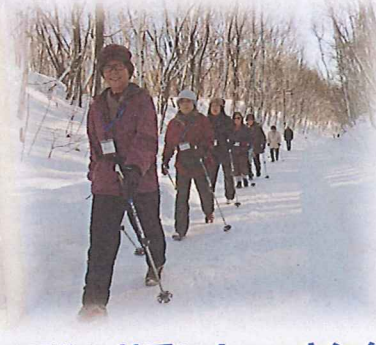
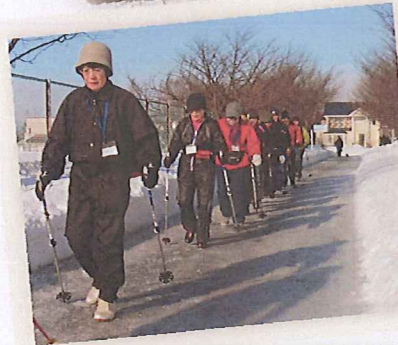
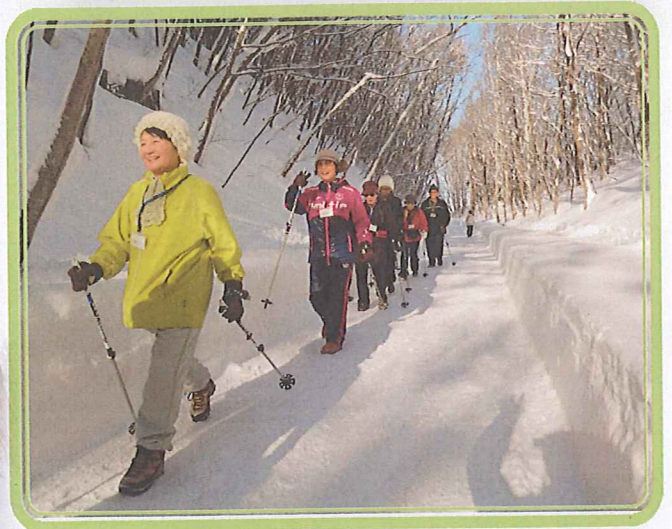
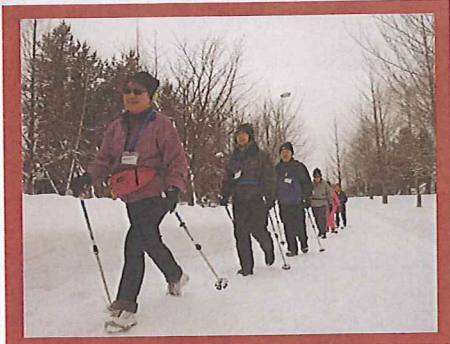
スマイル♪NW便り

ノルディックウォーキング

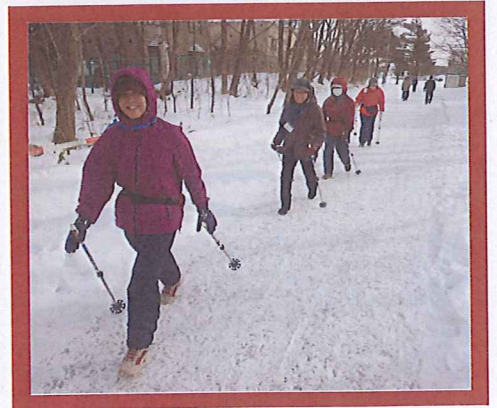
Vol. 10 (2015年2月号)



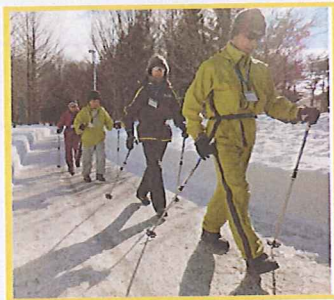
雪深い真冬でもしっかり健康維持♪



1月下旬は路面状況が悪化し慎重にウォーキング。
ポールを上手に使うことで、ツルツル路面で転倒しにくいのも
ノルディックウォーキングの魅力のひとつです♪



ツルツル路面は慎重に...



羊ヶ丘病院
Smile Site
スマイル♪

去年加わった新人スタッフの
山形くんです!