

ノルディックウォーキング体験会



ノルディックウォーキングで、桜の花を楽しみながら根白石の自然を満喫してみませんか？

初心者の方、大歓迎！！

ノルディックウォーキングは、楽しみながら運動効果も期待できます。約5～7kmのコースです！

受付開始 3/30 (土) ~

今までご参加いただいた皆様です！

●開催日 : **R6年 4月 12日 (金)**
10:00~11:30 (※小雨決行)

※終了時間に若干のスレが生じる場合があります。予めご了承ください。

- 参加費 : 1,100円 (税込) ※レンタルポール代含む！
- 定員 : 15名
- 担当 : 山田 真粧美 (日本ノルディックW協会認定指導員)
- 持ち物 : タオル・飲み物・帽子・雨具 (小雨決行の際)
- 集合場所 : 旧 JA 駐車場
- お申込み : 電話又はプール受付にてお申し込みください。

*ノルディックWの基礎を習得してから、一般道を歩きます！



根白石温水プール