

OUTDOOR FITNESS

ALL OVER YOUR TOWN



ノルディックウォーキング

- 開催日： 12月2日(日)・9日(日)・16日(日)・23日(日)
各日10:30～11:45
- 会場： 戸吹スポーツ公園 原っぱ広場
- 対象： 18歳以上
- 参加費： 500円（保険代含む）ポールは100円で貸出
- 定員： 各日15名
- 申込方法： 事前にお申し込みが必要です。
詳細は公園事務所までお問合せください。

【インストラクター紹介】

遠藤 正貴 Endo Masaki



どんな小さいことでも年齢、性別に関係なく、「楽しさ」「喜び」を分かち合うことをモットーに、日々の健康づくりで「楽しさ」「喜び」を大切に参加いただく皆をサポートします！日常的にできるノルディックウォーキングをメインに効率的に楽しく皆様と一緒にプログラムを行います。様々なアウトドアスポーツの経験と豊富な知識で指導を行ない健康をサポート！

- WFA ウィルダネスファーストエイド野外救急法50時間コース
- 日本ノルディックフィットネス協会ベーシックインストラクター

※インストラクターは変更になる場合があります。



お問合せ：戸吹スポーツ公園 ☎ 042-691-2288 FAX 042-696-3320