

# ノルディックウォーキング & 体験会 水中ウォーキング



参加費  
無料

+

どちらかでも  
参加 OK!



🍄 スポーツの秋を満喫してみませんか？📱

秋晴れの空の下、ノルディックウォーキングで汗を楽しんだ後、水中ウォーキングでクールダウン！！歩くのがちょっと苦手な方も大丈夫！！泳げなくても大丈夫！！ふるってご参加ください（ノルディックウォーキング体験会は、南郷運動場内で行います）。

●開催日：R4年10月29日（土）

ノルディックウォーキング体験会→ 9:15~10:15（※小雨決行）  
水中ウォーキング → 10:30~11:00（プール）

※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：無料 ※レンタルポール含む、但しプール入場料は別途必要です

●定員：15名

●担当：内山 浩介（全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員）

●持ち物：タオル・飲み物・帽子・雨具（小雨決行の際）・水着・スイミングキャップ

●集合場所：美里町スイミングセンター受付

※コロナ感染症予防対策の為、マスク着用となります。

●お申込み：電話（0229-25-3787）又はプール受付にてお申し込みください。

※コロナの感染状によりイベントが中止になる場合がございます。予めご了承ください。

美里町スイミングセンター

指定管理者：（株）ダンロップスポーツウェルネス