

美里町

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、美里町スイミングセンター周辺を散策してみませんか？

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。初心者向けに約2～3kmのコースです！

受付開始しています

ノルディック体験会のイメージです！

●開催日：R5年11月11日(土)
14:00～15:30(※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。

※雨天の場合は、プールで水中ウォーキング体験(希望者のみ、要プール入場料)

●参加費：無料 ※レンタルポール代はかかりません

●定員：10名

●担当：内山 浩介(ダンロップスポーツウェルネス指導員)

●持ち物：タオル・飲み物・帽子・雨具(小雨決行の際)

●集合場所：美里町スイミングセンター玄関前

※南郷運動場でノルディックWの基礎を習得してから、一般道を歩きます！

●お申込み：電話又はプール受付にてお申し込みください。



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