

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！

●開催日：R7年11月1日（土）
14：00～15：00（※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、中止となります。

- 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（イトマン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。

10/7（火）～受付開始

ノルディック体験会のイメージです！



美里町スイミングセンター

指定管理者：（株）イトマンスポーツウェルネス