

ミスノのプロスポーツコーディネーターによる

ノルディック ウォーキング教室



in 大戸緑地



はじめての方、大歓迎！！

ノルディックウォーキングとは、専用ポールを使用した体への負担が少ないウォーキングです。

運動不足の解消や膝や腰に不安のある方にもおすすめです！

大戸緑地周辺や緑地内を歩きましょう！

ポールレンタル無料です！！

日 時 2024年
2/3(土) ※雨天中止

10:30~11:30

対 象 18歳以上

定 員 10名(先着順)※当日でも空きがあれば参加可能です。

集合場所 大戸緑地 草地広場

持 ち 物 運動しやすい服装、タオル、飲み物

申込方法 電話または陵南公園サービスセンター窓口にて事前申込

TEL: 042-661-0042

(陵南公園サービスセンター) 9:00~17:00

※お預かりした個人情報はお客様との連絡にのみ使用させていただきます。
※天候状況などにより中止になる場合がございます。予めご承知の上、お申込みください。
※中止の際は、こちらからご連絡させていただきます。

参加費
税込200円
(保険料他)
/1名

