

ノルディック

ウォーク

体験会



6/8(水)

9:30~11:00

会場：安芸高田市吉田運動公園（雨天時は6月22日に延期）

講師：株式会社 オール・オン・スポーツ 杉田寛治さん

定員：30名 **無料の貸出ポールあり**

参加費：みつやの里スポーツクラブ会員 **無料**

みつやの里スポーツクラブ会員外 **500円** (保険料として)

携行品：運動に適した服装と靴・飲み物・タオル・帽子
ポール(お持ちの方)

申込み：みつやの里スポーツクラブ事務局へ**6月5日(日)**までに
直接または電話でお申込み下さい。

問い合わせ先：みつやの里スポーツクラブ事務局 TEL 42-2808

(安芸高田市吉田運動公園内)※月曜日休園

ノルディック・ウォークは全身運動効果が高いことで人気です
コロナ禍の今こそ ウォーキング♪楽しく歩いて健康づくり！