

愛宕山ノルディック ウォーキング

日時 5月14日(日)、21日(日)、28日(日)



各回のお申し込みになります。

9:30~11:30

場所 愛宕山こどもの国

内容 2本のポール(ストック)を使う歩行法で
こどもの国園内を歩きます。

講師

昭和総合型地域スポーツクラブCamellia
専属講師 小泉 由里 氏
(全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員)

ノルディックウォーキングとは負担が軽く、
運動効果の高いウォーキングです。

対象 小学生とその家族・一般

参加費 お一人様 各回200円

申し込み方法 各開催日1カ月前から電話に
てお申し込みください。

愛宕山こどもの国

055-253-5933