

都立野山北・六道山公園 はじめての

里山ノルディックウォーキング教室

ノルディックウォーキングとは、専用のポールを使って行うウォーキングのこと。
ポールを使うことで、運動効率の高い全身運動となります！
冬晴れの狭山丘陵で、気持ち良いエクササイズにチャレンジしませんか？

ポールの
レンタルも
あります！

2020年

1/26 sun

10:30-12:15

参加費無料！

雨天中止

【場所】 都立野山北・六道山公園インフォメーションセンター
住所：東京都武蔵村山市三ツ木4-2
アクセス：JR中央線「立川駅」より立川バス「箱根ヶ崎」「三ツ藤住宅」行
→「峰」バス停下車徒歩15分 *詳細はHPをご覧ください。

【講師】 ミズノスポーツサービス株式会社
スポーツコーディネーター
親松 駿介 / Oyamatsu Syunsuke

【定員】 15名、定員になり次第×切

【時間】 10:30～12:15 (受付開始 10:15～)

【参加費】 無料

【対象】 高校生以上、初心者向け

【持ち物】 動きやすく天候にあった服装(帽子、手袋等)
運動できるシューズ、タオル、飲み物、ポール

【申込方法】

1～6を明記の上、HP申込フォームでお申込み下さい。

1. イベント名・日にち
2. 参加者全員の氏名(ふりがな・年齢)
3. 郵便番号・住所・電話番号
4. Eメールアドレス
5. イベントを知ったきっかけ
6. ポールの有無

*ポールをお持ちでない方には貸出いたします。

*お申込み後は、ご案内の送付やご連絡を致しません。

直接、集合場所にお越しください。ご不明な点はお問合せ下さい。

▼HPお申込みフォーム：

都立野山北・六道山公園 イベント

検索