

参加費

1,500円
(500円/回)

ノルディックウォークを 体験してみませんか

腰痛やひざ痛があってもできるウォーキングです

ノルディックウォーク体験講座 (全3回)

10月12日 (木)

13:30~15:30

10月26日 (木)

13:30~15:30

11月9日 (木)

13:30~15:30

- **場所**：公津の杜コミュニティセンター
2階 会議室D
- **対象**：高校生以上
(未就学児との参加はお控えください)
- **定員**：10名 (先着順)
- **持ち物**：動きやすい服装・歩きやすい靴
タオル・飲み物
- **貸出用ポールあり (無料)**

公津の杜コミュニティセンター

お問い合わせは TEL 0476-27-5252

FAX:0476-27-5353 e-mail:info-kozu@morinpiakozu.jp

〒286-0048 千葉県成田市公津の杜4-8

参加費を添えて、公津の杜コミュニティセンター
1階インフォメーションカウンターへお申込下さい



インストラクター：木崎健太
1990年生まれ
ノルディック・ウォークインストラクターとして、多方面で活躍中

※申し込みの際、記入いただいた個人情報は、講座運営以外の目的で利用はいたしません