

# ノルディックウォーキング教室

★2017年

**参加者募集!**

11月9日・16日 **木**

10:00～12:00

「ノルディックウォーキング」は、北欧生まれのフィットネスエクササイズです！」



**対象者** 20歳以上の方（学生は除く）

**募集人数** 30名（先着）

**参加費** 1回1人 500円（保険料含む）  
（ポールレンタル希望の場合、別途 500円）

**服装** ウォーキングに適した服装、運動靴、リュック等

**持ち物** 飲料水、汗拭きタオル

**講師** 中山 博識（全日本ノルディックウォーク連盟公認指導員）

**申込期間** 10月3日（火）～10月31日（火） 9時～17時 電話にて

**問合せ**

**皇子が丘公園体育館**

TEL 077-525-0510 FAX 077-526-0906

主催：公益財団法人 大津市公園緑地協会

<http://www.otsukoen.org/>