

元気！ハツラツ！

ノルディック・ウォーク教室



紅葉の秋 !!



～イベント詳細～

日 時 令和2年11月22日（日）
午前9時30～11時30分（予）

場 所 集合：山田市民体育館・周辺
※雨天時会議室内

参 加 費 ・受講料 550円（税込）
・ポールレンタル料 200円（税込）

定員／対象 先着15名様／18歳以上

指導員紹介



はりた ひろこ
針田 裕子
全日本ノルディック・ウォーク
公認指導員

気持ちの良い風を感じながら
ワイワイ楽しく歩きませんか♪



まどの みやび
眞殿 雅
全日本ノルディック・ウォーク
公認指導員

運動不足解消♪

★ノルディック・ウォークの歩き方を身につけ楽しく歩きましょう
(足型測定会同時開催)

◎申込みは山田市民体育館へ来館または電話
→申込み期間：10月23日（金）～11月21日（土）まで
※11月2日（月）休館日のため18時より開館

◎当日は動きやすい服装（軽装）・飲み物（熱中症対策に！）
※ポールが必要な方はご予約ください

※社内報告のため、イベント中は写真撮影をいたします。
予めご了承くださいませ。

●営業時間 平日 / 9:00～21:00
土・日 / 9:00～21:00
祝日 / 9:00～21:00

●休館日 毎月第1月曜日・年末年始



吹田市立山田市民体育館

TEL : 06-6876-8855

〒565-0824 大阪府吹田市山田西3丁目84-1

<http://shisetsu.mizuno.jp/m-7114>