

# 春のノルディック・ウォーク教室 ～健都レールサイド公園～



## 募集要項

**場所** 吹田市立目俵市民体育館

**日時** 令和6年4月23日(火)  
13時30分～15時30分 ※雨天中止

**受講料** 900円(税込・茶菓子代込)  
ポールレンタル料: 200円(レンタルが必要な方)

**対象** 15歳以上(中学生を除く)

**持ち物:** 動きやすい服装、運動靴、  
ノルディックポール(お持ちの方のみ)  
帽子、水分補給用飲み物、タオル

**定員:** 20名(先着順)

**申込:** 4月1日(月)～4月22日(月)  
目俵市民体育館まで電話か来館にて受付

**内容:** 目俵市民体育館→末広公園にて歩行練習→健都レールサイド公園  
→目俵市民体育館 片道約2.0kmのコースです。

## 指導員紹介



永野 ちひろ

全日本ノルディック・ウォーク  
連盟公認指導員

販売会も  
同時開催!!



吹田市立目俵市民体育館

TEL: 06-6383-3017

〒564-0021 大阪府吹田市目俵町1-11  
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7116>

●営業時間 9:00～21:00

●休館日 毎月第3月曜日・年末年始