

# ミズノノルディック・ウォーク 初心者講習会



2本のポールを使ったウォーキングです。  
正しい歩き方、ストレッチを説明します！  
ヒザ、腰に不安がある方におすすめです！  
ポールのレンタルも可能です。

## イベント詳細

- 場 所** 県立下関武道館（下関球場周辺）
- 日 時** 11月23日(土) 10:00～12:00  
※9:30より下関武道館にて受付開始
- 受講料** ・700円(ポールレンタル料込み)  
・500円(ポール持参の方)
- 対 象** 15名（先着申し込み順）

持ち物／動きやすい服装、  
歩きやすい屋外シューズ、  
飲み物、タオルを持参してください。

※貴重品は各自で管理をお願いいたします。

※お申込みの際にご提供いただく個人情報、厳重に管理し、  
当施設の運営に関わることに限定して利用いたします。  
目的以外での利用、及び第三者への提供はいたしません。

## 講師紹介



ミズノスポーツサービス(株)  
針田 裕子

### 雨天の場合

当日午前8時までに  
決定しお知らせいたします

※イベント中の写真や映像をミズノHP、  
施設掲示板等に利用させていただきます。



山口県立下関武道館

TEL：083-259-8880

〒759-6615  
山口県下関市大字富任字小迫198-17  
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7316>

◆営業時間 9:00～22:00

※第1日曜日 9:00～17:00

◆休館日 年末年始  
12月29日～翌年1月3日