

みんなで楽しく体力作り！

新春



ノルディックウォーキング



第6駐車場
アリーナ東側

初心者大歓迎!



募集要項

- 場所** エコパ
※集合場所 エコパ第6駐車場
- 日時** 令和7年1月17日(金)
10:00~12:00
- 受講料** ミズノアクティブチケット1枚 または800円(税込)
お釣りのないようお願いします。
- 対象** 成人

指導員紹介



全日本ノルディックウォーク
公認指導員

鈴木 里美

定員：15名 (レンタルポール貸し出し8名まで)

持ち物：動きやすい服装、飲み物、タオル、
履き慣れているシューズ
ウォーキングポール (持っている方のみ)

※雨天時は中止とします。
(1時間前に決定します。)



お申し込みは
掛川社会HP
または
さんりーな
トレーニング室

12月23(月)受付開始



東遠カルチャーパーク総合体育館さんりーな

TEL：0537-22-5553

〒436-0043 掛川市大池2250

●受付時間 9:00~19:30

●休館日 毎週火曜日 (祝日営業)
年末年始