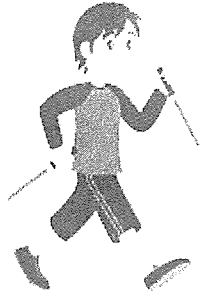


飛騨市ノルディックウォーキング教室 in 神岡



ノルディックウォーキング(NW)とは？

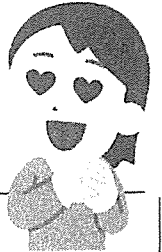
フィンランド生まれのフィットネスエクササイズ

2本の専用ポールを使うことで普段のウォーキングよりも運動効果アップ♪

また、転倒予防・姿勢矯正に役立つと今話題のスポーツです！

- ①全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員から
ノルディックウォーキングの基本をレクチャー！
- ②ノルディックウォーキング専用ポールを貸出し

POINT



- 実施日時 令和2年10月18日(日) 9:00～11:30予定 (小雨決行)
- 集合場所 神岡振興事務所駐車場(飛騨市神岡町東町 378 番地)
- 持ち物 リュック、マスク、動きやすい服装、帽子、飲み物、まめとくカード(持っている方)
- 参加料 100円/人(保険代含む)
- 申込方法 事前申込のみの受付となります。当日受付は行いませんので、参加をご希望される場合は、下記の問い合わせ先までご連絡ください。(申込締め切り:10/15(水)の17:00まで)
- その他
 - ①保険については主催者側でかけた保険以上の責任は負いません
 - ②NW中の写真を今後の広報活動に利用しますのでご了承ください
 - ③こちらのイベントはまめとく健康ポイント対象事業になります
- 申込・問合せ先

飛騨市教育委員会スポーツ振興課 電話:0577-62-8030

住所:古川町若宮2-1-66 古川町公民館(総合会館)内



まめとく実施中

～ 新型コロナウイルス感染症に関するお願い ～

- ・市外からの参加は受け付けておりませんので、ご了承ください。
- ・定員は先着20名とさせていただきます。
- ・参加される前に、各自で検温の実施をお願いいたします。
- ・アルコール消毒液をご用意しておりますので、使用する道具の消毒をお願いいたします。
- ・お申込み等の状況によっては、お断りさせていただく場合がございます。