

みんなでウォーキング in 太閤山ランド

参加者
募集中



県民公園 太閤山ランドで、ノルディックウォーキングを体験しませんか。
講師は、健康パークの竹中指導員(※1)と太閤山ランドの水野指導員(※2)です。ガイドボランティアの方々の解説も聞きながら2万株が咲き誇るあじさい園のウォーキングを楽しみましょう！
皆様のご参加をお待ちしています!!

2021年

6月25日(金) **参加無料**

**現地集合
現地解散**

会場/県民公園 太閤山ランド

時間/※右記参照

参加費/無料。車を駐車する場合は
駐車料金400円を負担願います。

定員等/25名

申込/健康パークにお申し込みください

〆切/定員または6月19日(土)

その他/・小雨決行(荒天中止)

- ・歩きやすい服装・帽子、マスクの着用
- ・水分補給できるもの、タオル等持参
- ・新型コロナウイルス感染症防止対策を実施します。
検温・体調チェック等

10:00 集合

10:30 ノルディックウォーキング
(1時間程度)

11:30 終了(11:40頃 解散)

- ・駐車はランド内駐車場(有料)
- ・集合場所は、太閤山ランド内の
サイクリングセンター前です。

**ポールの
無料レンタル
ございます**

**参加特典
ございます**

※1 竹中指導員((一社)全日本ノルディックウォーク連盟インストラクター)

※2 水野指導員(日本ノルディックウォーキング協会インストラクター)

**参加
特典**

「当日、とやま健康パーク3時間利用できます」「栄養補助食品」

◎お問い合わせ、お申し込みは

とやま健康パーク TEL 076-428-0809

●ノルディックウォーキングとは？
スキーのストックのようなポールを使って行う歩行運動です。下半身だけでなく腕、上半身も動かす全身を使う