

ノルディックウォーキング in 新港の森

参加者
募集中



県民公園 新港の森で、ノルディックウォーキングを体験しませんか。
約3kmのコースを樹木の案内も聞きながら歩きます。
紅葉を迎えた樹木や植物を愛でながら秋の園内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

11月3日(水)



参加無料

現地集合
現地解散

会場／県民公園 新港の森（射水市作道）

時間／※右記参照

参加費／無料

定員等／15名（最少催行人員5名）

- ・ポール使用は中学生以上
- ・お子様を連れての参加も可

申込／健康パークにお申し込みください

〆切／定員または10月25日(日)

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

9:45 集合
10:15 ノルディックウォーキング
（75分程度）
11:30 終了（11:40頃 解散）
・駐車無料（記念碑近くをおすすめ）
・集合場所は、**新港の森内の記念碑前**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

参加
特典

「飲料提供」
「とやま健康パーク」当日利用券

◎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エクササイズとして人気があります。

