

ウォーキングでは物足りない！ダイエット！生活習慣病対策！

ノルディックウォーキング（本塩釜駅周辺）日時：**令和2年 9月19日(土) 9:30~12:00** 予定

集合：本塩釜駅アクアゲート口 9:20~受付

※悪天候時は、9月26日(土)へ延期にします

場所：本塩釜駅~観光棧橋~塩竈神社方面（予定）

講師：特定非営利活動法人 塩釜市体育協会職員

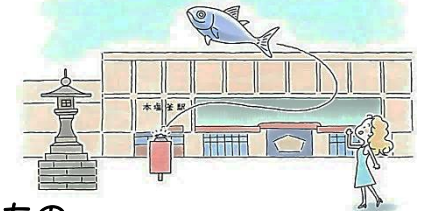
定員：一般成人 10名

参加費：400円（当日集めます）

準備物：運動着、履きなれた靴、雨具、水分補給できるもの

ウエストポーチ等（両手が空くもの）、ポール【無料レンタル有】

申込方法：裏面の申込用紙に記入の上、開催日前日までに体育館窓口または、電話、FAXでお申込みください



お問い合わせ：特定非営利活動法人 塩釜市体育協会（塩釜ガス体育館内）

TEL 022-362-1010 FAX 022-362-1099

令和2年 月 日

ノルディックウォーキング（9/19） No.

下記の通り、申込みます

ふりがな
名前

男 ・ 女

年齢

才

住所

連絡先

ポールレンタル【無料】

する

・

しない

経験について

経験者

・

はじめて



※FAXでお申し込みの方は、こちらの面を送信してください。

FAX 022-362-1099