

平成30年度

主催：特定非営利活動法人 塩釜市体育協会



—ウォーキングでは物足りない方・ダイエット・生活習慣病対策に！—

ノルディックウォーキング

約4kmの歩きやすいコースです



日 時：**平成31年3月2日（土）9：45～12：00** 予定

集 合：本塩釜駅アクアゲート口 9：30～受付

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：300円（当日集めます）※おつりの無いようご協力願います

準 備 物：運動着、履きなれた靴、雨具、水分補給できるもの

ウエストポーチやリュック等（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

悪天候の場合は、
3/16(土)に延期
します

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）

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



平成31年 月 日

No. _____

ノルディックウォーキング (3/2)

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

