

参加費  
無料

# ノルディックウォーキング

## 歩き方講座

柴田町地域福祉センター

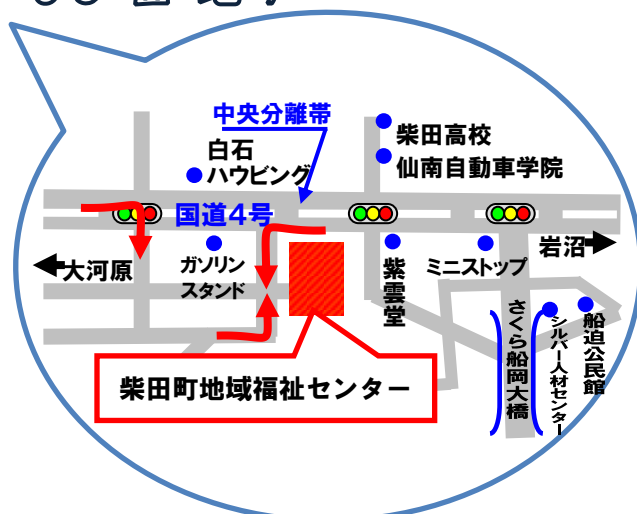
(柴田町船岡中島 68 番地)

日時

5月23日(土)

午前 10 時～12 時

(受付 9 時半～)



国際ノルディックウォーキング連盟  
ナショナルトレーナーの

(雨天決行)

星勝久先生をお招きして歩き方を学びます。

### 対象

- ・町内在住
- ・ノルディックウォーキングに興味のある方

### 服装・持ち物

- ・運動のできる服装、靴
  - ・飲料水・タオル
- ※ ノルディックポールは無料貸出し  
いたします。

**【申込・問い合わせ先】** 5/15 迄に電話もしくは直接下記まで

柴田町地域包括支援センター  
TEL 86-3340

Mail:shibata-houkatu@s-shakyo.jp



QR コード  
からも申込  
できます