

楽しく健康!

ノルディック ウォーキング 講習会

2026年

3月16日(月)

三芳町運動公園グラウンド

10:00~12:00

※予備日17日(火)

ノルディックウォーキングは2本のポールを使って歩行運動を補助し、運動効果を増強するフィットネスエクササイズの一つです。

ノルディックポール
無料貸出あり!

参加費 300円(保険料込)

対象 町内在住、在勤、在学の小学生以上の方

定員 30名

服装 運動ができる服装、ウォーキングができる靴

持ち物 飲み物、帽子、サングラスなどあれば

申込み 右記の二次元コードから申込み
または下記問合せ先まで電話かFAXで申込み
(氏名・住所・電話番号をお伝えください)

参加申込は
こちらから



問合せ 三芳町文化・スポーツ推進課
TEL: 049-258-0019(内線432~434)
FAX: 049-293-9755