

ノルディック・ウォーキング 無料体験会

3月28日

開催されました！



青空の元、公園内を
ノルディック・ウォーキング♪
自分に合ったペースで歩きます

お喋りしながら楽しんでいます！
(^^)

まずは、ポールの説明！
その後ウォーキングアップ！



～ノルディック・ウォーキング無料体験会～

廿日市市スポーツセンター
佐伯総合スポーツ公園

毎月 第3水曜
毎月 第4水曜

4月の日程は…

☆ 廿日市市スポーツセンター
☆ 佐伯総合スポーツ公園

4月18日(水) 10:00～11:00

4月25日(水) 15:00～16:00

お気軽にご参加下さい☆

