

ノルディック・ウォーキング無料体験会開催！

講師が一からノルディックポールを使ってのウォーキングを教えます。
当日はポールもお貸し致します。

日 時

5月23日（水）

15時～16時まで。1時間。

雨天決行（雨天の場合はアリーナにて行います。）

場 所

佐伯総合スポーツ公園 アリーナ前集合

備 考

運動に適した服装、靴でお越し下さい。

飲み物、タオルなどお持ち下さい。

※健康であれば誰でも参加出来ます。是非、ご参加下さい。