

ノルディック



ウォーキングセミナー

主催 三重県 一般社団法人三重県レクリエーション協会
主管 鈴鹿市レクリエーション協会

ノルディックウォークは、北欧フィンランドが発祥で2本のポールを持ってクロスカン트리 スキーのように行うウォーキングです。手軽さと高い運動効果が注目されています。一般の人でも楽しめるスポーツとして急速に広がっています。初心の方も是非ご参加ください。なお、本セミナーは、レク・インストラクタースキルアップ制度の支援者研修に該当します。

日時 6月 25日(日) 9:00~12:00

集合 8:50 (桜の森公園駐車場南奥広場)

会場 鈴鹿市桜の森公園及び
鈴鹿医療科学大学周辺

対象者 17歳以上で内容に関心のある方 参加費 無料

持ち物 両手が使えるようなリュック、飲み物、タオル、帽子、手袋、天候によって着替
ノルディックウォーキング用ポール(ある人)当日借用できます。

定員 30名 ※定員を超えた場合は連絡します 受付完了の連絡はいたしません。

申込方法 申込書に必要事項を記入のうえ三重県レクリエーション協会事務局まで FAX か
メール、郵送でお申込みください。締切6月16日(金)

その他 本講習会はレク資格取得時の事業参加及び個々の活動の習得単位となります。

状況により中止する場合は三重県レクリエーション協会ホームページにて掲載します。

当日

の連絡先 090-1982-9209(江口)

ノルディックウォーキングセミナー(6/25)参加申込書

名前 _____ 性別 _____ 年齢 _____ ポール 有・無(借用希望)

携帯番号 _____ 住所 _____

職業・活動領域等 _____

★開催の有無について、直前にホームページで確認してください 困難な場合はレ点を

(携帯

へ連絡希望の方)