

MIZUNO ノルディックウォーキング



初心者も参加できます！



ポールを使ったストレッチも紹介します!!



話題のノルディックウォーキングをぜひ体験してください！！

参加者 大募集中!!

☆日時☆

土曜日
3/26

13:30～15:00

(受付13:00～)

集合場所:はんぴドーム

☆対象☆

身長140cm以上の方

☆参加費☆

500円/人

※ポールレンタル別途 500円

※駐車料金 100円

☆定員☆

20名

※定員になり次第締め切りとなります

☆申込方法☆

電話または

受付にてお申込ください

(※雨天時もドーム内で開催します)

☆持参物☆

動きやすい服装、靴、
飲み物、タオル

ノルディックウォーキングの効果からポールの使い方、シューズの履き方までご説明いたします！

お申し込み・お問合せ

宮崎市生目の杜運動公園

〒880-2101 宮崎市大字跡江4461-1
[指定管理者 MSG・ミズノグループ]

TEL 0985-47-6222

受付時間 9:00～21:00