

令和7年度 ノルディックウォーキング体験教室 開催要項

- | | | |
|----|---------|---|
| 1 | 趣 旨 | 気軽に始めることができ、ウォーキング以上、ランニング未満と言われているノルディックウォーキングを通して、体力作りのきっかけを提供し、健康に対する意識を深めてもらう。 |
| 2 | 主 催 | 別海町総合スポーツセンター（指定管理者：別海町地域振興財団） |
| 3 | 日 程 | 6月21日（土）10：30～12：00 |
| 4 | 場 所 | 野付半島 トドワラ遊歩道
集合場所：野付半島ネイチャーセンター前
（雨天時：中止） |
| 5 | 持 ち 物 | ノルディックウォーキング用ポール、タオル、
運動ができる服装、水分補給用飲み物 昼食代（希望者）等
●ノルディックウォーキング用ポール貸し出しあり（無料）● |
| 6 | 対 象 | 町内在住者 5名程度 【×切6月16日（月）】
※最小催行人数2名 |
| 7 | 講 師 | 別海町地域振興財団職員（INWA&JNFA 公認 NW アクティビティリーダー） |
| 8 | 参 加 料 | 無料 |
| 9 | 申 込 方 法 | 別海町総合スポーツセンターまでご連絡ください。
TEL：0153-75-2882 FAX：0153-75-0418
Email：sports@betsukai-pf.or.jp |
| 10 | そ の 他 | ・ウォーキング後、ネイチャーセンター内にてコーヒブレイク又はネイチャーセンター内レストランでのランチも可能（自費、希望者のみ）

・当教室中に撮影した写真は、当財団 HP、スポーツセンター公式 SNS、ポスター等で使用することがあります。 |



スポーツセンター
LINE 公式アカウント
@betsukaisuposen