

ノルディックウォーキング教室

ノルディックウォーキングとは2本のポールを使って歩行運動を補助し歩行効果を増強するものです。
みなさんも稲永公園周辺で一緒に楽しみませんか？



11/7
(土)

稲永スポーツセンター
会議室 ほか

講師：名城大学教授
富岡 徹先生
国際ノルディックウォーキング連盟
ナショナルトレーナー

「ノルディックウォーキング」の効果と歩き方を理論と実践で学びましょう！

※主催者は災害補償制度を設けております。

先着受付中！

対象：一般
受講料：660円

11/14
(土)

稲永公園公園内

講師：小野澤 広利さん
日本ノルディックフィットネス協会
アドバンスインストラクター

今、話題のノルディックウォーキングを体験してみましょう！

※受講対象：一般【15歳以上（中学生を除く）】

※電話・ファックスで定員（15名）まで先着順で受付中！

お問合せ先
稲永スポーツセンター
〒455-0845 名古屋市港区野跡五丁目1番10号
電話 052-384-0300 FAX052-384-0303



指定管理者：（公財）名古屋市教育スポーツ協会

<http://www.nespa.or.jp>

