

walk in the park

ノルディックで公園散策

※雨天中止

2本のポールでウォーキングをもっと効果的に

フィンランド生まれのスポーツで、2本のポールを使って歩くことにより通常のウォーキングに比べて関節・膝への負担を軽減しながら、カロリー消費を約20%もアップさせることができます！！初心者の方も大歓迎です。ぜひご参加ください。

日時：令和4年4月3日(日) 10:00～11:00

会場：熊本県民総合運動公園 芝生広場

B駐車場付近スポーツ広場南側にある芝生の広場です。

主催：熊本県スポーツ振興事業団・ミスノグループ

指導者：熊本県スポーツ振興事業団職員

定員：20名(先着順)

対象：身長150cm以上の方

参加料：700円(ポール代200円含む) ※当日徴収

準備物：運動靴、タオル、飲み物、マスク など

申込方法：直接(受付窓口3ヶ所：陸上競技場付・公園・パークドーム)
または電話で(氏名・電話番号)お申込みください。

熊本県民総合運動公園 陸上競技場 096-380-0782

※火曜日は休園日です。



※個人情報は、当事業の実施運営に限定しその目的以外に使用せず第三者に提供しません。

※新型コロナウイルス感染状況により中止する場合があります。

※当日の検温の際、37.5度以上の場合参加できませんのであらかじめご了承ください。

【お問合せ】 熊本県民運動公園 陸上競技場 公園散策係 096-380-0782