

担当講師:

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

平田 理香 先生 ・ 洞口 亜紀子 先生

## ノルディックウォーキング体験会

ノルディックポールを使用しながら、磯子区周辺を 5km 程度ウォーキングします。

ポールを初めて使用する人も大歓迎です！！

開催日:2026年5月2日(土) ※雨天中止(小雨でも中止)

開催時間:10時00分~12時00分

集合(解散)場所:磯子スポーツセンター 1階ロビー

★定員:20名(先着)

★参加費:500円/人(税込)小学生以下は無料です。

お支払いは当日受付窓口にてお願いいたします。

★持ち物:動きやすい服装・運動靴・飲み物・ノルディック用ポール(お持ちであれば)

※ノルディックポールの無料貸し出しあります。

★申込方法:4月11日(土)から下記お電話か受付窓口まで

親子での参加  
大歓迎!!

【お問い合わせ】横浜市磯子スポーツセンター(指定管理者:公益財団法人横浜市スポーツ協会)

住所:〒235-0033 神奈川県横浜市磯子区杉田5-32-25

TEL:045-771-8118 FAX:045-771-8120