

自主事業開催要項

- 1 事業名 ノルディック・ウォーク教室
- 2 趣旨(目的) ノルディックポールを使ったウォーキングで、転倒予防や効果的な全身運動、足腰への負担の軽減、運動不足の解消など、健康維持、健康増進に寄与します。
- 3 主催 吹田市体育協会・ミズノグループ
- 4 主管 ミズノスポーツサービス株式会社
- 5 場所 吹田市立武道館(第二武道室1面)～万博記念公園～同館
雨天時は、同館第二武道室
- 6 日時 令和4年4月7日～7月14日 毎週木曜日(祝日は除く) 14回
午前10時～正午
- 7 対象 中学生以下を除く一般市民
- 8 定員 30名(先着順)
- 9 参加料 3,500円(14回)
ポールレンタルの場合は、別途、レンタル料1回200円
- 10 持ち物 シューズ、動きやすい服装、タオル、飲料、マスク
- 11 申込方法 令和4年4月1日(金)から7日(木)までに、武道館(Tel06-6877-6211)に電話または、直接申込み。
定員になり次第、締切ります。
- 12 広報 各体育館にチラシを設置、ホームページ掲載