

☆駿府城ラン・アンド・リフレッシュステーション企画☆
～駿府城公園周辺～城北公園散策～

はじめての ノルディックウォーク

ノルディック
ウォークとは？

ちょうどいい
距離(4 km)！

ポールの
使い方は？



参加費
500円

(希望者へポール貸出有)
※別途500円

日程

令和3年 **2月6日** (土)

時間

9:30～12:00 (受付9時10分～)

会場

駿府城ラン・アンド・リフレッシュステーション 他
(雨の場合は中央体育館内で行います)

講師

一般社団法人
全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員

持ち物

- ・運動のできる服装 タオル 水分補給用の飲み物
- ・帽子 リュックなどの両手が空くもの マスク着用

申込・問合せ：公益財団法人 静岡市まちづくり公社



当日限定！
スムージー割引券贈呈

定員 15名

※申込順 都合により開催できない場合があります。

受付 令和3年1月7日(木)午前9時～令和3年1月29日(金)まで

申込 電話で、まちづくり公社 **054-270-8991**へ
(水曜日除く 9:00～18:00)

指定管理者：駿府城ラン・アンド・リフレッシュステーション管理運営共同事業体
公益財団法人静岡市体育協会・公益財団法人 静岡市まちづくり公社



Sport in Life