

ノルディックウォーキング体験会

開催日時

2025年11月15日(土)
9:30-11:00
(受付開始 9:00)



開催場所

岡崎市南部地域交流センター(よりなん)
第1活動室

内容

- ・ノルディックウォーキングの説明
 - ・ポールの使い方
 - ・実際にポールを使ってのウォーキング
- 体力に関係なくどなたでも参加いただけます

定員

10名

持ち物等

動きやすい服装、館内用シューズ、飲み物

参加費

500円(ポールレンタル費含む)
(現金 PayPay auPAY)

講師

日本ノルディックウォーキング協会
インストラクター 岩本俊哉

申し込み先

「よりなん」での申し込み
または「QRコード」から

※切

10/29

