



公益財団法人
大阪ユースホステル協会

ノルディックウォーキング を始めて みませんか

3期生 募集開始



ノルディックウォーキングは、2本のポールを使って歩くフィンランド生まれのスポーツです。年齢・性別・身体能力を問わず誰でもかんたんに始められ、生涯楽しめるスポーツです。

募集要項

①体験会

とりあえず体験してみたい
人はまずこちらを。

10月5日(金)・6日(土) 午前9時～11時

各回500円(保険代・ポールレンタル代込み)

②3回コース

しっかりと基礎
を学びたいなら

10月12日・19日・26日(すべて金) 午前9時～11時

1,500円(3回分、保険代込・ポールレンタル各回300円必要)

定員:各回30名 持ち物:運動靴 帽子 タオル 飲み物



講師

NPO法人みんなのスポーツ協会所属
日本ノルディックフィットネス協会公認
アドバンスインストラクター
認定講師 池島 栄治郎先生

申込・問合せはお気軽にどうぞ

高石市羽衣公園丁(浜寺公園南端)
大阪府羽衣青少年センター

TEL 072-263-1271

URL <http://www.osaka-yha.or.jp/osakakokusai>
協賛:ザントリーホールディングス株式会社