

プロのスポーツコーディネーターによる

ノルディック ウォーキング教室

MUSASHINO
PARK
FITNESS



ノルディックウォーキングとは、専用ポールを使用した体への負担が少ないウォーキングです。運動不足の解消や膝や腰に不安のある方にもおすすめです！

日 時 2021年
11/8(月)
10:30~11:30 雨天中止

対 象 **18歳以上**

定 員 **10名(先着順)**
※当日でも空きがあれば参加可能です。

場 所 **武蔵野公園 エントランス広場**

持 ち 物 **運動しやすい服装、シューズ、飲み物**

申込方法 **電話または武蔵野公園サービスセンター窓口にて事前申込**

TEL: 042-361-6861

(武蔵野公園サービスセンター)

参加費
税込300円
(保険料他)
※ポール貸出無料

※お預かりした個人情報はおお客様との連絡にのみ使用させていただきます。
※マスクを着用ください。教室開催中は着脱可能です(低酸素症防止のため)。
※新型コロナウイルスの感染状況により、中止になる場合がございます。
予めご承知の上、お申込み下さい。

主催：西武・武蔵野パートナーズ

むさしのの都立公園

