

# レッツ★ノルディックウォーキング!

参加者募集

初心者の方大歓迎

## 【令和6年度 9月～3月のスケジュール】

月	日	曜日	申込開始日
9	7		8/1～
10	19		9/9～
11	9		10/8～
12	7	土	11/11～
1	11		12/9～
2	22		1/14～
3	15		2/17～

### 【受付及び集合場所】

総合体育館 ミーティングルーム（本館1階）

### 【コース】

広島県立総合体育館の周辺

### 【実施時間】

9:30～11:30（受付9:15～）

### 【参加料】

お一人様800円（傷害保険料含む）

※悪天候の状況によっては、中止する場合があります。

前日の天気予報で判断し、中止の場合はお電話でご連絡しますので、お申込みの際には連絡の取れる連絡先をお知らせください。

### 【当日の持参物】

- 参加料(800円) ○リュックサック, ウエストバッグ等（両手をあけるため）
- 運動の出来る服装 ○運動靴 ○タオル ○水分補給用ドリンク ○帽子 等
- お持ちの方は、ノルディックウォーキング用ポール（**無料貸し出しあります。**）



広島グリーンアリーナ

検索

### 【お申し込み方法等】

お電話、もしくはホームページのWEBお申し込みフォームよりお申込みください。定員15名/回(先着順)

**お問い合わせ先** 広島県立総合体育館 健康・体力サポートセンター

〒730-0011 広島市中区基町4-1

電話:(082)228-1111 FAX:(082)228-4992 ホームページ:<https://h-jigyoudan.or.jp/sports-center/>

### 【参加される際には、次のことをご確認、ご承諾の上お申し込みください。】

- ☆医師より運動制限の指示を受けていない方、自力歩行できる方が対象となります。
- ☆ウォーキングに適した風通し、吸汗の良い服装で、帽子を着用し、履きなれた靴でご参加ください。
- ☆歩行中、自転車等に十分注意・配慮をしてウォーキングを行い、交通ルールを順守してください。
- ☆講習会中は、講師、スタッフなど主催者の指示に従ってください。
- ★この講習会の様子を主催者が写真撮影します。当体育館のホームページ・刊行物への写真の掲載については、予めご了承ください。なお、マスメディアの取材についても同様です。
- ★お申込みの際に記載の個人情報は、本事業の目的以外には使用いたしません。