

ノルディック & フォトウォーキング

令和7年11月8日(土) (雨天中止)

①初心者コース： 9時00分～10時30分

②中級者コース：11時00分～13時00分

秋晴れの空の下、写真を撮りながら歩いてみよう！
足腰に負荷を掛けないポールを使った全身運動です。

【会場】 ①千歳温水プール、蘆花恒春園（芦花公園）周辺
②千歳温水プール、J&Sフィールド（Qs-GARDEN）、蘆花恒春園（芦花公園）

【講師】 黒木 公美（アウトドアフィットネス協会“BASIC”インストラクター） 他1名

【定員】 ①先着15名 ②先着12名（いずれも事前申込）

【対象】 身長140cm以上の方

①中学生以下は保護者の同伴が必要

②高校生相当以上、運動習慣があり6km以上歩ける方

【参加費】 ①1300円 ②2000円（いずれも専用ポール代込み）

【申込方法】 9月25日（木）から申込開始。

（公財）世田谷区スポーツ振興財団

ホームページにてお申し込みください。

【雨天対応】 雨天の場合、開催当日午前8時までに当財団HPにて開催情報を掲載します。

【その他】 カメラ持参（スマホ可）。持ち物は持ち歩けるよう、リュックなどでご参加ください。

主催 公益財団法人世田谷区スポーツ振興財団

お問い合わせ： 世田谷区立千歳温水プール管理事務所

世田谷区船橋7-9-1

Tel. 03-3789-3911 Fax.03-3789-3912



千歳温水プールHP

