

小城市公民館体験講座



NORDIC WALK

ノルディック
ウォーク

体験教室

豊かな自然を感じながら初夏の小城市をいっしょに歩きましょう!!



5月20日 (土)

8:30~12:00

牛津公民館集合

『JR九州ウォーキング牛津駅コース』

※ウォーミングアップ終了後、
『JR九州ウォーキング牛津駅コース』に参加します!

6月1日 (木)

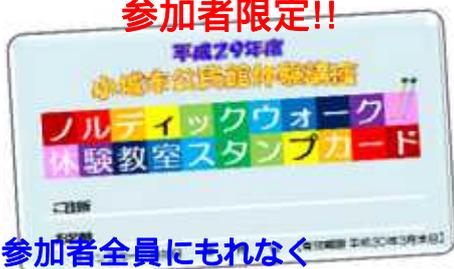
18:30~21:00

ゆめぷらっと小城市集合

『祇園川ホテル観賞コース』

※ホテルを観賞しながら
祇園川沿いをゆっくり歩きます。

ノルディックウォーク体験教室
参加者限定!!



参加者全員にもれなく
スタンプカードプレゼント

◆内 容 ノルディックウォークの基本動作講習
～ロングウォーク (5~10km程度)

◆対 象 小城市在住の方

◆定 員 各日程 先着40名

◆参加料 無 料

◆持ってくる物: 歩きやすい靴、服装・タオル・飲み物

◆申込締切日 各日3日前まで ※一日のみの参加も可