

ノルディックウォーキング エンジョイコース



海風で秋の訪れを感じよう！

風を感じながら野鳥のさえずりにみみをすませてみませんか？

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ことで、
誰にでも手軽にできるフィットネスエクササイズです

日 時：**2019年9月14日(土) 9:30～11:30** ※雨天中止

集合場所：JR京葉線/地下鉄東西線 葛西臨海公園駅
噴水広場(改札から降りて出た場所にあります※下記地図参照)

集合時間：**9:30**

参加費：登録メンバー 500円(チケット利用可) ※昼食代別途
一般 700円
レンタルポール代 500円(希望者のみ 要事前申し込み)

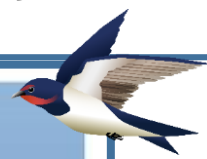
申込締切：**2019年9月13日(金) 17:00**

持ち物：歩きやすい服装と靴、両手の空くバッグ、水分補給の飲み物

当日の連絡先：**080-3365-2658**(事務局携帯電話)

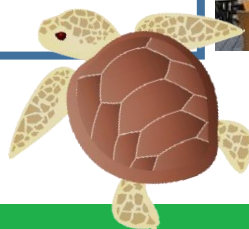
コース

葛西臨海公園駅 ⇒ 葛西臨海公園(園内を6~7キロ歩きます)
⇒ランチ(レストラン ブルーマリン) (無理なく歩けるコース設定です)



ブルーマリン

お問合せ・お申込みはこちら



一般社団法人
田園調布グリーンコミュニティ
Denenchoufu Green Community

〒145-0071 東京都大田区田園調布2-20-15 田園調布親睦会館内
TEL.03-6715-6866 FAX.03-6715-6876 E-mail info@den-green.com
<http://www.den-green.com>