

# ノルディックウォーキング エンジョイコース

行きたい！見たい！東京の定番スポットを楽しみましょう！  
～「池泉廻遊式」と呼ばれるホテルニューオータニの楽しんじゃいます～

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: **2017年1月14日(土) 9:00～12:00** ※雨天中止

集合場所: 丸の内中央口 (下図参照)

参加費: 登録メンバー 500円(チケット利用可)

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: **2017年1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

東京駅→皇居前広場→国会前庭→赤坂見附→ホテルニューオータニ日本庭園→  
迎賓館前→四ツ谷駅 距離: 約7km (無理なく歩けるコース設定です)



お問合せ・お申込みはこちら

歩いた後は四谷駅前  
ランチも楽しみましょ  
う!  
お店は未定です。おす  
すめのお店がありまし  
たらお知らせください。

