

ノルディックウォーキング エンジョイコース

平成最後に迎える新年、皇居周辺を歩こう！

～「池泉廻遊式」と呼ばれるホテルニューオータニも楽しんじゃいます～

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: **2019年1月12日(土) 9:30～12:00** ※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: **2019年1月11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)



お問い合わせ・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。



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>