

# ノルディックウォーキング エンジョイコース

## 東京散策

春色の川辺を満喫しよう！！

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4月6日(土) 9:30~11:30** ※雨天中止

集合場所: 猿江公園 (下図参照)

都営新宿線 or 東京メトロ半蔵門線

住吉駅 (出口A3より徒歩2分)

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4月5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)



深川丼

### コース

猿江公園→横十間川親水公園遊歩道→仙台堀川遊歩道→木場公園  
→石場川親水公園→門前仲町(約7キロ)



集合場所: 猿江公園



住吉(東京)

住吉(東京)の出口・地図



お問合せ・お申込みはこちら