

参加者
大募集!!

ほばら ノルディックウォーキング 2014

2本のポールを持って歩く「ノルディックウォーキング」は、全身を使いながら腰や膝に負担をかけない手軽なスポーツです。



体験教室

ノルディックウォーキングの講習会と
実技を行います！
初心者の方、大歓迎です！

月例会

ほばらノルディックウォーキングクラブとして月例会を開催しています！みんなで楽しくノルディックウォーキングを楽しみましょう！
毎月末の最終水曜日が基本活動日です！

参加資格 医師に運動を禁止されていない方

料金 **1000円** (ポールレンタル代、保険料込み)
ポール持込みの方は 700円

募集人数 各回 **20人**

応募方法 申込書をFAXか郵送もしくは保原元気ハウスへ持参

申込期間 受付締切 各教室実施日の一週間前

会場 保原総合運動公園駐車場

月例会参加資格 ほばらノルディックウォーキング体験教室に参加した方やノルディックウォーキング経験者

料金 **500円** (ポールレンタル代、保険料込み)
ポール持込みの方は 200円

募集人数 各回 **30人程度**

参加方法 事前予約は不要です。当日、開催時間までに会場へ受付を行ってください。

*ただし、体験教室に参加していない方は月例会参加前に会員登録が必要となります。(年会費等はありません)

主催 一般社団法人ふくしまスポーツプロモーション

後援 伊達市、伊達市教育委員会

連絡・郵送先 〒960-0801 福島県伊達市霊山町掛田字町田 14-5 霊山総合福祉センター内

ふくしまスポーツプロモーション

TEL・FAX 050-1093-8419 携帯電話 090-6682-6831 (田島)

HP <http://www.fs-promotion.com/>



お待ちしております！



ほばら ノルディックウォーキング 2014



体験教室日程

- ① 5月21日 ② 6月11日 ③ 9月17日
④ 10月22日 ⑤ 11月5日

月例会日程

毎月最終水曜日が
基本活動日です。

- ① 4月23日 ② 5月28日 ③ 6月25日
④ 7月30日 ⑤ 8月27日 ⑥ 9月24日
⑦ 10月29日 ⑧ 11月26日 ⑨ 12月24日
⑩ 1月28日 ⑪ 2月25日 ⑫ 3月25日

集合場所

保原総合公園駐車場

時間

9:30~11:00 頃
(受付 9:15~)

注意事項

- ・会場へはご自身で集合して下さい。駐車場に限りがあります。
- ・少雨決行としますが、天候等により中止の可能性あります。
- ・日程と場所については変更の可能性あります。
- ・主催者は疾病や傷病、事故に対し応急処置を除いて一切の責任は負いません。各自、事前に医師による健康診断を受け、自己の責任において健康状態を確認しておいてください。
- ・主催者は、盗難・紛失等に対し、責任は負いません。貴重品管理は各自でお願いします。
- ・参加者は誓約事項、注意事項、活動内容等を承諾した上で本大会へ申し込むこととします。
- ・参加者は活動中の写真・記事・記録等をテレビ、新聞、雑誌等の印刷物及び、インターネットへ使用されることを事前に承知していただき、また掲載権と肖像権は主催者に一任することとします。

ふくしまスポーツプロモーション

〒960-0801 福島県伊達市霊山町掛田字町田 14-5 霊山総合福祉センター内

TEL・FAX 050-1093-8419 携帯電話 090-6682-6831 (田島)

HP <http://www.fs-promotion.com/>

FAXでの申込みの場合

FAX 050-1093-8419

キリトリ線

[体験教室参加申込書]

事務局使用欄

(No.)

(ふりがな) 氏名		性別	男・女	年齢	歳
住所	〒 -				
電話番号	()	緊急時電話番号 (参加者以外の方の連絡先)	()		