

# 伊達市ノルディックウォーキングクラブ

当クラブは心身の健康をめざし、ノルディックウォーキングを楽しむことを目的としたクラブです

## 会員募集中!!



### 令和4年度 伊達市ノルディックウォーキングクラブ活動内容

- ◎集合場所 原則 各回ごとに現地集合・現地解散となります。
- ◎参加資格 ノルディックウォーキングに興味があり、医師から運動を禁止されていない方。
- ◎活動内容 ①気軽に参加コース(約3km) ②しっかり歩こうコース(約5km)  
※活動場所によって内容が変更になる場合があります。
- ◎申込方法 事前予約が必要となります。各回ごとに発行されるチラシの申込欄に必要事項を記入の上、お申し込みください。当法人ホームページからもお申込みいただけます。→  
※詳しくは各回ごとのチラシをご確認ください。

皆勤賞 & 精勤賞あり!  
(精勤賞は8回以上参加)



【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

【事務局】一般社団法人 ふくしまスポーツプロモーション

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

担当 田島(090-6682-6831)、藤田(080-4519-0766)



R4年度 開催日	開催時間	開催場所	参加料
4月7日(木)	午前10時～ 午前11時半	梁川希望の森公園	500円
5月12日(木)		半田山自然管理センター	500円
6月30日(木)		月館 あじさい小径	500円
7月7日(木)		梁川 山舟生	500円
8月4日(木)	<b>午前6時～7時</b>	保原総合公園	500円
9月29日(木)	午前10時～ 午前11時半	国見観月台公園	500円
10月12日(水)	午前10時～ <b>午後1時頃 (昼食あり)</b>	摺上ダム 茂庭ふるさと館	<b>1000円</b>
11月2日(水)	午前10時～ 午前11時半	あづま総合運動公園	500円
12月8日(木)		保原総合公園	500円
1月12日(木)	午後1時半～ 午後3時 <b>※午後開催</b>	霊山総合福祉センター	500円
2月2日(木)		桑折町 うぶかの郷	500円
3月16日(木)		花見山	500円

- ◎内容の詳細については各回ごとに発行されるチラシにてご確認ください。
- ◎参加料は内容変更に伴い、当チラシの金額から変更になる場合があります。
- ◎ノルディックポールのレンタルを希望される方は別途300円が必要となります。
- ◎参加料には保険代が含まれています。
- ◎当日の状況により安全管理上、急遽内容を変更する場合があります。
- ◎**8月:早朝、10月、11月:水曜日、1月～3月は午後開催となります。**
- ◎感染症対策として、当日自宅にて検温し、発熱などの症状がある場合は参加をご遠慮ください。

