

ノルディックウォーキング教室

6月16日(土)
13:00~14:30

講師



御室 博臣

〔 日本ノルディックウォーキング
協会インストラクター 〕

お申し込みはあしや温泉受付まで！！

ノルディックポールを使うことで、全身を使った運動ができます。
初心者の方も気軽に参加できます。

開催場所
(集合場所) 中央公園
あしや温泉前

定員 15名(先着順)

受講料 500円(入浴・保険料込)

対象 16歳以上

持ち物 運動ができる服装・タオル・飲料水等



※ポールは無料で貸し出ししますので、お持ちでない
お客様もお気軽にご参加下さい！



あしや温泉連絡先 0797-32-0204