

ノルディックウォーキング教室

4月8日(月)
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 中央公園
(集合場所) あしや温泉入口前

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

3月18日(月)より
受付開始します!

※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