

ノルディック・ウォーク体験会 開催要項

- ◆趣 旨 自分の体力に合わせて、運動強度を調整し、自由な時間を活用しながら無理なく体を動かすことができるノルディック・ウォークを通し、参加者相互の交流を深めるとともに、スポーツの日常化を図る。
- ◆主 催 大府市
- ◆期 日 令和8年10月10日（土） ※雨天中止
午前9時30分～午前11時（受付9時15分～）
- ◆集合場所 大府みどり公園芝生広場付近
- ◆コ ー ス 大府みどり公園周回コース、北崎大池側道（約3km）
- ◆対 象 市内在住、在勤、在学の3km程度のコースを歩くことができる健康な方(中学生以上)
- ◆募集人数 40名（先着順）
- ◆参 加 料 無料
- ◆講 師 大府市スポーツ推進委員会
- ◆内 容 ノルディック・ウォークについての講習及び実技を通じ、正しい知識と技術を習得する。
- ◆申込方法 下記の期日に先着順に受付します。
ウェブサイトの申込みフォームか電話で申込みください。

申込フォーム（9月2日9時から）



【お問い合わせ先】

大府市役所スポーツ振興室（大府市役所内）

電話 0562-45-6233（土・日・祝日は閉庁）

9月2日（水）から10月6日（火）まで

- ◆持 ち 物 運動に適した服装、タオル、水分補給できるもの、荷物を入れられるリュックサック、雨ガッパ（※途中からの雨天対応として。傘はポールを両手で持つため使えません。）
 - ◆そ の 他
 - ・ノルディック用のポールは市で用意します。マイノルディックポールをお持ちの方はご持参ください。
 - ・傷害等は、応急処置及び市のふれあい制度の適用範囲内で対処します。
 - ・中止の場合は、朝7時30分までにメールにて連絡をします。
- （電話で申し込みの方のみ、電話にて連絡します。）