

—ウォーキングでは物足りない方・ダイエット・生活習慣病対策に！—

ノルディックウォーキング



日時 令和6年8月31日(土) 午後5:00～午後7:00 終了予定 (距離 約 4.0 ㎞)
(受付 午後 4:50～)

集合場所 社会福祉法人あしたば福祉会あすなろ・さかえさま駐車場(住所 塩釜市栄町7-13)

※詳しい地図は裏面をご覧ください。

※駐車場の台数が限られておりますので、必要な方は申込時にお知らせください。(5台まで)

定員 一般 10名

参加費 600円(当日徴収します)※おつりの無いようご協力願います。

準備物 動きやすい服装、履きなれた靴、飲み物、リュック等(両手が空くもの)
帽子、ポール(無料レンタル有)

申込み 下記申込用紙に記入の上、開催日前日までに体育館窓口または、
電話、FAXでお申込みください。



※悪天候および熱中症等の危険がある場合は、中止する場合があります。

※参加の際は自身の体力・体調を考慮の上、ご参加ください。

(お申込み・お問い合わせ)

特定非営利活動法人 塩釜市体育協会(塩釜ガス体育館内)

TEL 022-362-1010 FAX 022-362-1099

ノルディックウォーキング (8月)

(夕方ノルディック 西町コース)

受付 年 月 日

下記の通り、申込みます

ふりがな
名前

男 ・ 女

年齢

才

住所 〒

電話番号

ご本人以外の
緊急時の連絡先

ポールレンタル【無料】

する

・ しない

駐車場

必要

・ 不要

経験について

経験者

・ はじめて

拡大図

