

Nordic Walking × NPO Hopping in まちなか

～ノルディックポールで、まちなかを歩こう！！～

※ノルディックウォーキングとは、2本のポールを使って歩き、老若男女にかかわらず目的に合わせて誰もが簡単にできるスポーツです。

2020.2.11 Tuesday 受付開始 13:00 ~ 13:30 ~ 16:30

申込み開始：2019年12月16日（月）9:00 ~

定員：25名

参加費：無料

集合・解散 佐賀市市民活動プラザ 佐賀市白山二丁目1番12号 佐賀商工ビル7階

Course map コースマップ

全々所を巡って、市民活動を知ろう！！



総距離 約 3.5km

申込み書は裏面です。

こんな人におすすめ！！

- ★ 市民活動にちょっと興味がある！！
- ★ まちなかを探訪したい！！
- ★ 運動不足、ストレスを解消したい！！
- ★ メタボ、ロコモの改善、予防をしたい！！

★ 参加方法

申込み期間内に下記の申し込み先の佐賀市市民活動プラザ窓口、TEL、FAX、E-mail、QRコードのいずれかに、下記の申込み書の内容を添えて、申込みください。※2019年12月16日（月）9：00からの申込み有効。

- ★ 対象年齢
小学生以上

- ★ 参加者持ち物
手袋・リュック・運動できる服装と靴



講師紹介
ノルディックフィットネスさが インストラクター
松尾 直幸 氏

2019年2月にNPO法人 日本ノルディックフィットネス協会公認のベーシックインストラクターを取得する。
2019年5月にノルディックフィットネスさがを設立。

申込み書

フリガナ	年齢 歳	ノルディックポールのレンタル 希望する・希望しない
氏名		
住所 〒 - 都道 府県		
(自宅・携帯) TEL	緊急連絡先 TEL (自宅・携帯)	
E-mail アドレス		

申し込み・お問い合わせ先

佐賀市市民活動プラザ

佐賀市白山二丁目1番12号 佐賀商工ビル7階

TEL：0952-40-2002 FAX：0952-40-2011

E-mail：plaza@tsunasaga.jp



申込みフォーム用
QRコード

