



2025
3.15
SAT

ポール ウォーキング

ニヶ領用水
遊歩道

【服装について】

帽子・・・直射日光を避けましょう

リュック・・・ポールを持つので、
両手が使える鞆を
準備しましょう

靴・・・適切な運動靴を履きましょう

雨具・・・天候が悪くなった時に着用
通気性のある長袖・
長ズボンがおすすめ♪

【時間】 8:50～12:00

(宮前スポーツセンター集合～解散)

【定員】 7名

【料金】 500円(ポール代も含む)

【持ち物】 飲み物・タオル・雨具・運動に適した服装

【内容】 ポールを使用して歩きます！

うららかな風を感じながら、少し早い
春の訪れを楽しむコースです
体力に自信がない方
でも安心です

受付開始
2月28日(金)
10:00～

電話予約 OK!
先着順

お問い合わせ：宮前スポーツセンター
☎ 044-976-6350