

# ノルディック・ウォーク体験教室

日頃より浜名湖ガーデンパーク体験教室ノルディック・ウォークの会にご参加いただき誠にありがとうございます。浜名湖ガーデンパークでは浜名湖花博が開催されることになり、県内はもとより全国より多数の皆様をお迎えし、盛大に開催されますことを心から歓迎し、御祝い申し上げます次第です。

ノルディック・ウォーク体験教室におきましては、以下にて、ノルディック・ウォーク指導員有志の会の主催で当面活動してまいりますので、ご理解とご了承くださいますようお願い申し上げますとともに、引き続き、ご参加いただければ幸いに存じます。

記

## <日程>

2月	3月	4月	5月	6月	7月
22(土)	9(日) 23(日)	13(日) 26(土)	10(土) 31(土)	14(土) 28(土)	12(土)

※ 雨天の場合は中止とさせていただきます。

## <当日スケジュール>

- 8:30～ 駐車場 開門
- 8:45～ 受付開始
- 9:00～10:30 準備体操、ノルディック・ウォーク、整理体操

## <受付・参加費>

- 当日受付 事前申込不要
- 無料 ポールをお持ちでない方は  
**ポールレンタル料 500 円**をご負担願います。(先着 20 名様まで)



## <集合場所>

遠州灘海浜公園 **中田島北地区駐車場前 広場**  
静岡県浜松市南区江之島町

## <アクセス>

JR浜松駅より、バスで約 15 分、車で 10 分  
遠鉄バスターミナル(6 番ポール)中田島砂丘行き  
「中田島町」下車、徒歩 5 分  
1 号線浜松バイパス「中田島東」交差点を東へ、  
その先 100m 右側一般駐車場入口



## <持ち物>

ノルディック・ウォークポール、運動できる服装、タオル、飲み物、紫外線対策装備等

## <主催・お問い合わせ・連絡先>

ノルディック・ウォーク指導員有志の会 代表 松浦伸行 電話番号: 080-3471-7847

皆様のご参加をお待ちしております。 ノルディック・ウォーク指導員有志の会 一同