

【高齢者いきいき活動ポイント対象事業】

レッツ★ノルディックウォーキング!

参加者募集

初心者の方大歓迎

【令和7年度 年間スケジュール】

回	月	日	曜日	申込開始日
1	4	12	土	3/17～
2	5	17		4/14～
3	6	14		5/19～
4	9	27		8/25～
5	10	18		9/16～
6	11	29		10/20～
7	12	20		11/17～
8	1	24		12/22～
9	2	21		1/26～
10	3	14		2/16～

【受付及び集合場所】 総合体育館 本館1階
ミーティングルーム もしくは
健康・体力サポートセンター

【コース】

広島県立総合体育館の周辺

【実施時間】

9:30～11:30 (受付9:15～)

【参加料】

お一人様800円 (傷害保険料含む)

※年間スケジュールは、自然災害等不測の事態により予告なく日程を変更することがあります。予めご了承ください。

※悪天候の状況によっては、中止する場合があります。

前日の天気予報で判断し、中止の場合はお電話でご連絡しますので、お申込みの際には連絡の取れる連絡先をお知らせください。

【当日の持参物】

- 参加料(800円) ○リュックサック、ウエストバッグ等 (両手をあけるため)
- 運動の出来る服装 ○運動靴 ○タオル ○水分補給用ドリンク ○帽子 等
- お持ちの方は、ノルディックウォーキング用ポール (無料貸し出しあります。)



広島グリーンアリーナ

検索

【お申し込み方法等】

お電話、もしくはホームページのWEBお申し込みフォームよりお申込みください。定員15名/回(先着順)

お問い合わせ先 広島県立総合体育館 健康・体力サポートセンター

〒730-0011 広島市中区基町4-1

電話:(082)228-1111 FAX:(082)228-4992 ホームページ: <https://h-jigyoudan.or.jp/sports-center/>

【参加される際には、次のことをご確認、ご承諾の上お申し込みください。】

- ☆医師より運動制限の指示を受けていない方、自力歩行できる方が対象となります。
- ☆ウォーキングに適した風通し、吸汗の良い服装で、帽子を着用し、履きなれた靴でご参加ください。
- ☆歩行中、自転車等に十分注意・配慮をしてウォーキングを行い、交通ルールを順守してください。
- ☆講習会中は、講師、スタッフなど主催者の指示に従ってください。
- ★この講習会の様子を主催者が写真撮影します。当体育館のホームページ・刊行物への写真の掲載については、予めご了承ください。なお、マスメディアの取材についても同様です。
- ★お申込みの際に記載の個人情報は、本事業の目的以外には使用いたしません。

【主催】公益財団法人広島県教育事業団 (広島県立総合体育館) 【協力】 (株) オール・オン・スポーツ