

## ノルディックウォーキング体験会（第2回目）

体験会日時：2023年11月26日（日）10：00～12：00 予定

体験会の運営上、若干の時間がずれ込み場合もあります。

対象：ノルディックウォーキング興味をお持ち方が対象です。

内容：NPO法人日本ノルディックフィットネス協会(JNFA)公認のインストラクターが、  
分かりやすく歩き方の講義と実技を講習後、園内を3km位歩きます。

申込みメールには、身長、年齢、連絡が可能な携帯電話番号を記載してください。

参加費：1000円(保険代込み)とレンタルポール代別途500円です。

この金額は、受付時にお支払いください。

レンタルポールは、ノルディックウォーキングに適したポールです。

集合場所：自然文化園 中央休憩所（太陽の塔近く）

集合受付時間：中央休憩所内に9：30

中央休憩所がお分かりにくい方は、万博記念公園自然文化園中央口前に9：20までにお越しください。

担当者がKNWA旗を持ってお待ちしております。

## ノルディックウォーキング倶楽部

**日時**：2023年11月26日(日) 13時00分～15時00分（12時30分より受付）

**対象**：初めての方以外

**内容**：花など季節の見どころを巡りながら、3～5kmを歩きます。

**参加費**：500円（保険料込み）※ レンタルポールは、別途500円  
ポールは、ストラップ式のポールをお持ちの方はお持ちください。

**集合場所**：万博記念公園 自然文化園 中央休憩所

**※上記いずれも事前申込制（初めての体験会は先着10名限り）**

参加希望者が、5名以下の場合は、中止する場合があります。その場合は、ご連絡を致します。

**※申込み締切り**：開催日の1週間前

**※別途自然文化園入場料が必要です。**

**申込み問い合わせ**：メールにてお願いします。

- (KNWA)関西ノルディックウォーキング協会事務局
- Email：nordic.knwa ■ gmail.com （※ ■を@に変換してお申し込みください）