

# 初心者向けのノルディックウォーキング



会 場：宮崎県総合運動公園合宿所会議室・ゲートボール場・松林周回コース

日 時：2011年11月20日（日）9：00～15：00

講 師：谷津 祥一氏（INWA公認ナショナルコーチ）  
細山田 三保子氏  
井手 和昭氏



## ■募集要項■

定 員：50名（定員になり次第しめきります）

応募締切：11月14日（月）

受 付：0985-58-5151

参加費：無料

その他：

当日は、運動の出来る服装、運動靴、タオル等、  
弁当、飲み物をご持参下さい。

駐車料金（300円）