



NPO法人

いさとスポーツクラブ

Tel 0565-44-0050

回 覧

とよた健康づくりウォーキング

春が来る！

ノルディックウォーキングに挑戦！

～井郷の名所を巡ろう～

※1

ポールを使ったウォーキング（ノルディックウォーキング）は、通常のウォーキングに比べ、より多くの運動効果があるとされています。

専門の講師の方に基礎を
教えていただき、
天道地区の史跡・名所を巡ります。

講師紹介！

東海学園大学
スポーツ科学部 教授
島岡 清 先生

ご家族で、お友達どうして・・・

日 時 : 令和3年3月6日(土) 予備日 3月13日(土)

【 Aグループ 】

集合 8:45 解散 11:30(予定)

【 Bグループ 】

集合 9:45 解散 12:30(予定)

集合・解散：井上公園多目的広場

参加費 : ￥500 ★参加賞あります

募集人数：各グループ20名(先着順)

対 象 : 成人(子どもは不可)

持ち物 : 水分、タオルなど ※1 ポール(お持ちの方は)

※1

ポール



※ ポールはこちらで用意します ※必ずマスクを着用してください

★ 当事業は豊田市とポッカサッポロフード&ビバレッジ(株)との

「共働によるまちづくりパートナーシップ協定」に基づく事業です ★

おいしい「」がある
pokkaSapporo

【 申し込み方法 】 いさとスポーツクラブ受付(井上公園水泳場内)にて
申し込み用紙に記入し、参加費をそえて提出してください。

【 募集期間 】 令和3年2月14日(日)～2月21日(日)

9:00～21:00(月曜日はお休みです)

問い合わせ : いさとスポーツクラブ 林 Tel.44-0050



いさとスポーツクラブ
ホームページ