

# ノルディックウォーキングで歩く 名倉川遊歩道から 紅葉の大井平公園へ

とよた健康づくり  
ウォーキング事業

2023年 11月17日(金) 予備日 11月30日(木)

8:30集合  9:00出発 マイクロバスで行きます！

※雨天中止（中止の場合は前日12時頃、HPにてお知らせいたします）

※車は松平体育館時計付近に駐車してください。8:00より前には入れません。

ノルディックウォーキングの歩き方  
をレクチャー



ノルディックポールを使った歩き方の練習から始めます。初めての方も安心してご参加ください。ノルディックウォーキングは「いつでも・どこでも・何歳からでも始められる健康スポーツ」です。

紅葉の名所「大井平公園」を目指して  
ノルディックウォーキング



名倉川遊歩道は川あり、滝あり、橋あり、石畳あり、竹林ありの稲武の紅葉を楽しめる遊歩道です。

ゴールは道の駅「どんぐりの里」



道の駅「どんぐりの里」では  
お買い物タイムあり！

定員 20名 対象 一般

参加費 1,000円

※定員に達し次第受付終了いたします。

※元気に約4.0km歩ける方

※松平スポーツクラブ非会員は1,500円

※ポールレンタル別途300円

申込開始 10月20日(金) 9:00～電話か窓口にて

※詳細は裏面をご覧ください。

▼申込み・問合せ▼

一般社団法人 松平スポーツクラブ

TEL 0565-58-4500

受付時間 月曜休館  
9:00～21:00



松平スポーツクラブ 検索