

「いつまでも！健康シリーズ」

# ノルディック・ウォーク教室

## in 八幡屋公園



日時：11月20日（日）※雨天中止

10:00～12:00

場所：八幡屋公園 芝生広場

対象：16歳以上

定員：20名（先着順）

参加料：1,000円

申込：お電話もしくは、窓口より申し込み願います。

※定員になり次第締め切らせていただきます。

服装・持物：動きやすい服装でお越しく下さい。

ポールを持てるように両手が空くようにしてください。

ポールの貸し出しも行っています。

水分補給ができる用意をしてご参加ください。

講師：ノルディック・ウォーク指導員

植田 有亮氏（ミズノ(株)）



教室でウォーキングシューズの試履と「骨盤ベルト」の試着が出来ます。  
当日、ミズノショップも出店します。

お問合せ：大阪市中心体育館管理事務所（9:00～20:00）

TEL：06-6576-0800 FAX：06-6576-0080

主催：スポーツパーク八幡屋活性化グループ 運営企画：(一財)大阪スポーツみどり財団 協力：美津濃(株)

