

# ノルディックウォーキングスクール&イベント



初心者 OK



体力に自信のある方

参加有無	エリア	会場	開催日	申込受付期間	集合場所	時間行程	距離	レベル	参加費	その他
	東区	サッポロ さとらんど	6月3日(金)	前日迄	さとらんどセンター	10:00~11:00	3km		2,000 円	未経験者と初心者コース
	南区	真駒内公園	6月4(土)	前日迄	真駒内公園駐車場	10:00~11:00	3km		2,000 円	未経験者と初心者コース
	豊平区	札幌ドーム	6月5(日)		札幌ドーム駐車場					
	豊平区	札幌ドーム	6月7日(火)	前日迄	札幌ドーム駐車場	10:00~11:30	6km		3,500 円	初心者以上
	東区	サッポロ さとらんど	6月9日(木)	前日迄	さとらんどセンター	10:00~11:00	3km		2,000 円	未経験者と初心者コース
			6月10日(金)							
	東区	サッポロ さとらんど	6月11日(土)	前日迄	さとらんどセンター	10:00~11:00	3km		2,000 円	未経験者と初心者コース

## ★参加資格

・健康な方なら誰でも参加できます。

## ★レンタルポール

- ・1組 500 円にてレンタルしています。
- ・申込受付期間内にお申し込み下さい。
- ・定員 8 名になり次第受付終了といたします。
- ・電話またはファックスでお申し込み下さい。
- ・申し込みの際、身長を必ずご記入ください。

## ★その他

- ・服装シューズにつきましては、運動がしやすく履きなれた物でご参加ください。
- ・タオル、飲料水等は各自でご用意ください。
- ・悪天候の為、中止になる際前日にご連絡いたします。
- ・万全な健康管理のもとに参加ください。
- ・万が一、事故が発生しても責任は負えませんのでご了承ください。



インストラクター：岸 浩明 (北海道ノルディックウォーキング協会公認インストラクター)

♥ ノルディックウォーキングを安心安全で提供できるように！ ♥

私たちは、日本ライフベィング協会公認、日本赤十字社公認の CPR (心肺蘇生法) インストラクターライセンスを取得、実践しています。

インストラクターより  
ファッションアドバイスも受けることができます。  
素敵な自分を見つけてみませんか？  
カッコイイって必ず言われますよ！

ノルディックウォーキング参加申込書					
フリガナ 名 前	生年月日 年 月 日	性別 男 / 女	レンタル 有 / 無	身長 cm	
住所 〒	電話番号		メールアドレス:		

**札幌ノルディックウォーキングPlus+**  
 電話 786-6354 FAX.050-7515-7582  
 (011) 786-6354  
 〒007-0870 札幌市東区伏古 10 条 1 丁目 1 3-8  
 (有) ウォーターワークス内  
 Web : <http://ameblo.jp/sapporo-nw-plus>

※参加される方の個人情報は本イベント及び、札幌ノルディックウォーキングPlus+のDM等に使用いたします。