

令和6年度 ノルディックウォーク教室開催について

- 1 目 的 スポーツ推進委員が主体となり、誰もが気軽に参加できるノルディックウォーク教室を開催し、町民が日頃運動する習慣付けの手助けをすることを目的とする。
- 2 主 催 吉田町教育委員会
- 3 指 導 者 吉田町スポーツ推進委員
- 4 開催日時 6月～翌年3月
 (年間10回 日曜日)
 午前9時00分～午前12時00分
- 5 会 場 展望台小山城前芝生広場他
- 6 内 容 展望台小山城前広場を集合場所として、ポールを使ったストレッチや歩行指導を行い、ノルディックウォークについて慣れてもらい、60分程度小山城周辺を散策する。
 ※町内の様々な箇所を季節ごとに変える他、シーガーデン防潮堤天端道などの活用も検討する。
- 7 対 象 者 原則、町内在住・在勤・在学者とする。
- 8 定 員 20名(先着順)
- 9 申込方法 参加を希望する日までに申込用紙に必要事項を記入し、中央公民館へ提出すること。または、LOGO フォームによるオンライン申請とすること。
- 10 申込み先 中央公民館(吉田町住吉89-1)