

＼春の特別コース／

お花見ノルディックウォーク

①初心者コース アリーナ ➡ 東山荘(休憩) ➡ 山崎川 ➡ アリーナ

②中級者コース アリーナ ➡ 山崎川 ➡ 東山荘(休憩) ➡ アリーナ

3/22
[日]

東山荘ではお茶休憩や
自然の景観を楽しむことができます



■集合場所:パロマ瑞穂アリーナ

■時間:9:30~12:00

■対象:一般

■定員:①初心者コース ②中級者コース 各10名

■参加費:2,000円(お茶休憩代込)
※ポールレンタル+300円

■持ち物:動きやすい服装(体温調節ができるもの)、
外用シューズ(履き慣れたもの)
(サンダル、ヒール、スリッパはNG)、
タオル、飲み物、
ノルディックポール(お持ちの方)

■申込期間:2/14(土)~3/13(金)

■申込方法:WEBより →
※先着順



<内容>

- ポールを使った全身運動により、健康増進・生活習慣病などの予防にも効果あり。
- 今回はご自身のレベルに合わせたコースで散策をし、東山荘でお茶休憩も楽しむことができます。
- ご家族、ご友人などと一緒に申し込みみていただくと500円OFF(1人1,500円)でご参加いただけます。**

<注意事項>

- 貴重品は自己管理でお願いいたします。荷物の紛失、破損は責任を負いかねます。予めご了承ください。
- 雨天、実施困難な天候の場合は中止。3/21(土)16:00頃までに随時ご連絡、ホームページへ掲載いたします。

お問い合わせ/アリーナ 営業時間9:00~21:00

〒467-0027 名古屋市瑞穂区田辺通3-4

TEL:052-836-8228 FAX:052-836-8221

休場日 毎週月曜日※祝休日の場合は開場及び年末年始(12/29~1/3)

Mizuho Park

LifeSports-Our Own Park

<https://mizuho-loop.jp>