

お花見

心地よい春の日差しを浴びながら、
ノルディックウォーキングをしませんか？

ノルディック ウォーキング



講師：卓田由紀江

日本ノルディックウォーキング協会公
認マスタートレーナー

参加者募集

開催日時

2024

5/18

土

14:00~16:30頃終了予定

13:30受付開始(雨天中止)

中止の場合は12:00を目途にお電話にてご連絡致します。

場所(コース)

羊ヶ丘病院



厚別南公園

(サイクリングロード周辺)

★ご参加に際し、お車でのお越しはご遠慮願います。

参加無料

参加賞あり

専用ポール
貸出します!



羊ヶ丘病院
理事長 岡村健司

定員 / 先着 50 名

事前予約制。定員になり次第、予約を締め切らせて頂きます。

対象 / 厚別区近郊の健康な成人の方

ご予約・お問い合わせ /

参加ご希望の方は必ず事前にお電話でお申し込み下さい。

羊ヶ丘病院 通所リハビリ「スマイル」

☎09076550885

札幌市厚別区青葉町3丁目1-10

- ポールの数に限りがございますので、マイポールをお持ちの方は、ご持参願います。
- 運動のしやすい服装と靴、手袋、水分をお持ちください。
- ウォーキング終了後、参加者全員に景品を差し上げます。