



金属町体育センター

気軽に散策ウォーキング



参加料500円
(保険料込)

梅雨が終わり、夏の緑が輝く頃...
金属町体育センター周辺等を散策します。
軽い運動を始めるきっかけ作りに！
新たなコースの発見に！
岩木山・久渡寺山を眺めながら
楽しくウォークしませんか。

講師紹介 ～ 斉藤正明氏～

- ・全日本ノルディック・ウォーク
上級指導者
- ・山麓ガイド
(岩木山サポートクラブ所属)



- ★日時 平成27年 7月 9日(木) りんご公園コース
7月16日(木) 桜ヶ丘サイクリング道コース
7月23日(木) 岩木川コース(青柳・湯口方面)
7月30日(木) 久渡寺コース
- ★集合場所 7月9・16・23日 【金属町体育センター】
30日 【久渡寺こどもの森駐車場】
- ★時間 午前9時30分受付～ (10時00分出発～11時30分終了予定)
- ★募集人数 各回先着20名まで(1日のみの参加可)

※歩きやすい服装・運動靴・タオル・水分補給用飲み物をご持参ください。(雨天時用の傘・雨具、直射日光対策に帽子等)
※雨天決行予定ですがやむを得ず中止の場合は連絡致します。

申し込み・問い合わせ先 : 金属町体育センター

TEL0172-87-2482 HPアドレス: <http://www.hirosaki-taikyo.com>



公益財団法人
弘前市体育協会

Hirosaki City Amateur Sports Association