

ポール2本で
癒される秋



ノルディックウォーキング 知る・体験・挑戦 ♥!

11/19 (土) 9:45~11:45 A 講座体験コース

11/28 (月) 10:00~12:00 B 挑戦初級コース

12/7 (水) 10:00~12:00 C 挑戦中級コース

私たちは
すでに効果的な
ウォーキング習慣
始めていますよ!



【連携団体】

一般社団法人
全日本ノルディック・ウォーク連盟

NPO法人
茨木健康ウォーキングの会

NPO法人
茨木高齢者の会

NPO法人
いばらき市民活動推進ネット

茨木学生活動交流会

【主催団体】  すこやかイノベーション

【後援】 茨木市

NPO法人茨木シニアカレッジ

NPO法人ナルク茨木・摂津