

ノルディック・ウォーク体験

～グリーン・ツーリズム北遠お試し企画～

ポールを使って歩くことで、
全身の筋肉をバランスよく使え、
誰でも無理なく楽しめるウォーキングです。
秋の自然を感じながら、心も体もリフレッシュ
しませんか？

日時

令和8年 **10月11日(日)**

9:30スタート～12:30ゴール予定

開催地

道の駅くんま水車の里

参加費

1,500円 (昼食代、保険料)



ポール貸出無料!

**初心者
大歓迎!**

お気軽に
ご参加ください♪

散策コース

当日発表 (お楽しみに!)

募集定員

20名 (先着順)

最終締切

9月29日(火)



美しい秋の景色を満喫!



ゴール後は美味しい昼食で
カラダも満たされる

当日の流れ

受付・集合
9:00～9:30



開会・準備体操
ポールの説明
9:30～9:45



ノルディック・
ウォーク体験
9:45～12:00



ゴール
12:30頃



昼食
12:30頃～



※天候やコースの状況により、内容が変更になる場合があります。

申込み
お問い合わせ先

道の駅くんま水車の里

〒431-3641 浜松市天竜区熊1976-2

電話 053-929-0636

FAX 053-929-0625

受付時間
水・木曜日を除く
10:00～15:00

申込み連絡事項: 住所・氏名・生年月日、連絡先電話番号:

主催: グリーン・ツーリズム協会北遠支部