

ノルディックウォーキングレッスン @皇居周辺



誰でもできるバランスの良い健康ウォーキング

【6月開催】初心者さんOK！皇居ノルディックウォーキング&おやつクラブ

「ノルディックウォーキング」は通常のウォーキングに比べて、上半身の筋肉も使用する全身運動、そして誰でも手軽に楽しめるバランスの良い健康運動です みんなで楽しくノルディックウォーキングをして、心も身体もバランスを整えながら健康増進を目指しましょう！

イベント名	【6月開催】初心者さんOK！皇居ノルディックウォーキング&おやつクラブ
開催日	2024/6/9～2024/6/28
受付開始	9:15～
申込料	6/9(日) 皇居ノルディックウォーキング &おやつクラブ 2,500円 6/28(金) 皇居ノルディックウォーキング &おやつクラブ 2,500円
支払方法	会場払い
開催場所	半蔵門ランナーズサテライトJOG LIS
住所	東京都千代田区麹町1-7 FMセンター地下 1F
主催者	すずきゆうこ
お申し込み	イベントへのお申し込みはこちらのサイトから！ https://moshicom.com/104304

