



レッツ★ノルディックウォーキング!

初心者の方
大歓迎

参加者募集

【開催日時】① 4 / 1 8 (土) ② 5 / 9 (土) 9:30~11:30

●【集合場所】本館1階 健康・体力サポートセンター (※いずれか1日のご参加も可能です。)

★ウォーキングコースは、広島県立総合体育館周辺です。

●【受付】 8:50~

●【体組成測定】受付を済まされた方から体組成測定を行います。(9:30までを目安に)

【当日の持参物等】

○リュックサック、ウエストバッグ等(両手をあけるため) ○運動の出来る服装 ○運動靴 ○タオル
○水分補給用ドリンク ○帽子 等

●お持ちの方は、ノルディックウォーキング用ポール(無料貸し出しあります。)

【参加料】 一人 500円 (傷害保険料を含みます。)※当日持参してください。

【お申し込み方法等】

☼下記までお電話、本館一階総合受付に直接来館又は別紙「参加申込書」に必要事項を記載して頂き、FAXにてお申し込みください。

☼お申し込み受付開始

令和2年3月30日(月)9:00~

☼定員 20名 (但し、定員になり次第締め切ります。)

【お申し込み・お問い合わせ先】

広島県立総合体育館 健康・体力サポートセンター

〒730-0011 広島市中区基町4-1

TEL (082) 228-1111 FAX (082) 228-4992

【注意事項】※必ずお読みください。

※悪天候等により中止の場合もありますのでご了承願います。前日の天気予報で判断し、中止の場合はご連絡致しますので、連絡の取れる連絡先をお知らせください。

☆体調管理は各自が行い、体調に万全を期してご参加ください。

☆ウォーキングに適した風通し、吸汗の良い服装、帽子の着用、履きなれた靴でご参加ください。

☆歩行者、自転車等に十分注意・配慮をしてウォーキングを行い、交通ルールを順守してください。

☆講習会中は、インストラクター、スタッフなど主催者の指示に従ってください。

★この講習会の様子を主催者が写真撮影します。当体育館のホームページ・刊行物等への写真の掲載については、あらかじめご了承ください。なお、マスメディアの取材についても同様です。

F A X (0 8 2) 2 2 8 - 4 9 9 2

広島県立総合体育館 健康・体カサポートセンター 宛

「レッツ★/ルディックウォーキング！」参加申込書

ふりがな		参加希望日をすべてを○印で 囲んでください		
名 前		開催日	①4/18土	②5/9土
住 所	〒	年齢	性別	経験の有無
		歳	男・女	初心者・経験者
電話番号		ポール 貸出し	<input type="checkbox"/> 必要(無料貸出し致します)	
F A X 番号			<input type="checkbox"/> 不要	

注意事項に同意します。

ふりがな		参加希望日をすべてを○印で 囲んでください		
名 前		開催日	①4/18土	②5/9土
住 所	〒	年齢	性別	経験の有無
		歳	男・女	初心者・経験者
電話番号		ポール 貸出し	<input type="checkbox"/> 必要(無料貸出し致します)	
F A X 番号			<input type="checkbox"/> 不要	

注意事項に同意します。

ふりがな		参加希望日をすべてを○印で 囲んでください		
名 前		開催日	①4/18土	②5/9土
住 所	〒	年齢	性別	経験の有無
		歳	男・女	初心者・経験者
電話番号		ポール 貸出し	<input type="checkbox"/> 必要(無料貸出し致します)	
F A X 番号			<input type="checkbox"/> 不要	

注意事項に同意します。

※お手数をお掛け致しますが、不足の場合はコピーをしてご利用ください。