

参加者募集！！

# 歩くスキー体験教室

日 程 平成31年2月20日（水）、21日（木）

時 間 午前10時から11時まで（1時間）

\*道立北見体育センター前集合

会 場 東陵運動公園内（北見市東陵町27番地）

内 容 歩くスキーの基本を学びます。

初めて方、初心者の方向けの内容です。

対 象 75歳までの健康な成人の方

（医師から運動の制限を受けていない方）

参加料 無 料

募集定員 10名（先着順）

申込・問合せ

平成31年1月4日（金）午前9時から電話にて受付いたします。

\*申込みは定員になり次第締め切ります。

公益財団法人北見市体育協会

北見市東陵町27番地

TEL 0157-23-3131

持ち物等 防寒着、帽子、手袋、サングラス等）ご用意ください。

\*スキー、ストック、靴は貸出用があります。

1月4日（金）午前9時から電話受付開始！！



歩くスキーは、全身運動であるため、身体が暖まり

野外でも心地よい汗を流すことができます。

どうぞこの機会に「歩くスキー」を体験ください！

