

ノルディックウォーキング



体験講習会のお知らせ

身延町国民健康保険では、今年もノルディックウォーキング体験講習会を開催します。

ノルディックウォーキングは、2本のポールを使って歩くフィンランド生まれのスポーツで、普通のウォーキングより20%～30%運動効率が良いと言われています。

生活習慣病の予防や健康維持のために、ご参加ください。



- ◆ 開催日時： 10月23日(日) 午前9時～正午 ※ 小雨決行
- ◆ 場 所： 富士川クラフトパーク
- ◆ 参加対象： 身延町内に住所を有する方
- ◆ 募集人数： 20人 (定員に達し次第、締め切ります。)
- ◆ 参加費： 無 料 (ポールも無料で貸し出します。)
- ◆ 申込方法： 参加申込書にご記入のうえ、お申込ください。(郵送、FAX、メール可)
(メールの場合は、参加申込書内容を記載のうえ、お送りください。)
- ◆ 申込締切： 10月14日(金) 必着

■ 主 催：身延町国民健康保険
■ 申込・問い合わせ
身延町役場 町民課 〒409-3392 身延町切石350
☎ 0556-42-4804 FAX 0556-42-2127
メール：choumin@town.minobu.lg.jp



ノルディックウォーキング参加申込書

ふりがな 氏 名	年 齢	歳	性 別	男 ・ 女
住 所	〒 ー 身延町			
連 絡 先	(自 宅)	(携 帯)		
	(メールアドレス)			

※記入いただいた個人情報、本事業及び保険加入の目的以外には一切使用しません。
※申込後、参加者には詳細をお知らせします。