

2018年9月 千葉県立富津公園 ポール・ノルディックウォーキング教室スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
						1
<お申し込み・お問い合わせ> 富津公園管理事務所 千葉県富津市富津2280 TEL 0439-87-8887 (屋内温水プール内)						
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
	10:00~12:00 ハイクラス					
	14:00~16:00 森林浴					
23/30	24	25	26	27	28	29
	10:00~12:00 ハイクラス					
	14:00~16:00 森林浴					

- 参加料金・・・500円、ポールレンタル200円 ※初回レンタル無料!!
- 「ハイクラス」・・・5～6kmをハイペースで歩ける方、レベルアップしたい方。
- 「森林浴」・・・初めての方、リハビリ、ゆったり歩きたい方はこちら。3km～4km。
- 持ち物・・・動きやすい服装、靴、水分、リュックや肩掛けのバッグなど。
- 受付は温水プールエントランスにて。ポール、ノルディックお好きな方を選べます。