



中京大学体育研究所主催 ノルディックウォーキングスクール2016春



今注目のノルディックウォーキング
全身を使うことで、通常のウォーキングより
生活習慣病予防に効果的と言われています！！



【日時/場所】 5月21日(土)9:30~11:30 / 中京大学名古屋キャンパス

※駐車場がございませんので、公共交通機関でお越しください
※少雨決行、荒天順延(午前7時までに決定します)
※予備日：5月28日(土) 14:00~16:00

【講習内容】 講習 60~70分(名古屋キャンパス内グラウンド)
実技 30~40分(興正寺内を通る約2.5kmコース、アップダウン有)

【応募資格】 成人男女

【講師】 JNFA公認アドバンスインストラクター
鯨歩行倶楽部班長

小野澤 広利 氏



【参加費】 300円 (傷害保険料、資料郵送料を含む)

※参加初回受付時に徴収
※ノルディックウォーキング専用ポールをレンタルいたします(無料)
(専用ポールをお持ちの方は、ご持参いただいても結構です)

【定員】 約30名(多い場合は抽選とさせていただきます)

【申し込み】

①教室名(“ノルディック”と記入) ②参加者氏名 ③郵便番号・住所 ④電話番号
⑤年齢 ⑥性別 ⑦E-mailアドレス ⑧過去のウォーキング教室への参加回数
⑨レンタルポールの希望の有無 を記入し、ハガキかEメール、または体育研究所申し込みフォームからお申し込みください(フォームからは、⑧・⑨を備考欄にご記入ください)。

申し込み締め切り：5月12日(木)

■ 申込先

〒470-0393 豊田市貝津町床立101 中京大学体育研究所

申し込みフォームURL:<https://ssl.chukyo-u.ac.jp/contact/labomail/>

Eメール:taiken@mng.chukyo-u.ac.jp

■ 問合せ先:中京大学体育研究所

0565-46-1271 (内線:3605)