

# 第2回瀬野川公園

## いきいき健康フェスティバル

9

月

12

日

土

曜日



### 公園でこころとからだの元氣づくり

#### ★西国街道歴史散策 定員50名

公園をスタートして西国街道をコースガイドと一緒に歩きます。瀬野の豊かな自然にふれながら、いつの間にか昔の瀬野の街にタイムスリップ！



- ◆集合場所 管理センター前
- ◆集合時間 8:30
- スタート 9:00 ゴール12:00
- ◆ノルディック参加可（ポールは貸出します。） ◆小雨決行

要申込

#### ★ノルディック・ウォーク体験会

北欧生まれの新しいウォーキングスタイルです。ポールを使って歩く楽しさを是非一度体験してみてください。公園内のコースを歩きます。



- ◆集合場所 管理センター前
- ◆時間 13:00~15:00
- ◆ウォーキングポールは貸出します。
- ◆小雨決行
- ◆初心者の方も気軽に参加してください。

要申込

#### ★パークスポーツ体験会

公園で楽しむ新しいスポーツを体験してください。



クッパ

ボールクッパ 誰でもすぐに楽しめます。



- ◆集合 ファミリー広場 ナンパーククッパ
- ◆時間 11:00~15:00
- ◆当日受付 いつでも気軽にお立ち寄りください。

#### ★健康チェックコーナー

測定の機会が少ないあなたの体組成や骨密度を専門のスタッフが測定し結果をわかりやすく解説します。



- ◆集合 屋内運動場
- ◆時間 11:00~15:00
- ◆当日受付 いつでも気軽にお立ち寄りください。

申込み・問合せ先

瀬野川公園管理センター TEL&FAX (082) 894-3210

無料

## 第2回瀬野川公園いきいき健康フェスティバル＝参加申込書＝

※パークスポーツ体験会と健康チェックコーナーは当日受付を行います。

お 名 前	性別	年齢
	男 女	才
連絡先(雨天中止等の連絡のために必要です。		
〒  ☎		
参加されるプログラムを○で囲んでください。		
1 西国街道歴史散策 (ポールレンタル希望 有 無 )      2 ノルディックウォーク体験会 (ポールレンタル希望 有 無 )		

お 名 前	性別	年齢
	男 女	才
連絡先(雨天中止等の連絡のために必要です。		
〒  ☎		
参加されるプログラムを○で囲んでください。		
1 西国街道歴史散策 (ポールレンタル希望 有 無 )      2 ノルディックウォーク体験会 (ポールレンタル希望 有 無 )		

お 名 前	性別	年齢
	男 女	才
連絡先(雨天中止等の連絡のために必要です。		
〒  ☎		
参加されるプログラムを○で囲んでください。		
1 西国街道歴史散策 (ポールレンタル希望 有 無 )      2 ノルディックウォーク体験会 (ポールレンタル希望 有 無 )		

**FAX送信先 082-894-3210**