

ノルディック
ウォーキングで
健康ライフを!

毎月第2土曜日

街歩き & 指導

参加費500円にて同月開催の
街歩きとウォーキング指導に
ご参加いただけます
*レンタルポールも用意して
おります(貸出料 別途500円)

ウォーキング

ノルディック
ウォーキング
指導

毎月第4土曜日

上級インストラクターによる

確かな知識で
正しい指導

インストラクター
谷口 壽子
たにぐち ひさこ

いたばしノルディックウォーキング塾 主宰
日本ノルディックウォーキング協会公認
上級インストラクター
マギーズ東京 NW講習会インストラクター



ITABASHI

Nordic Walking
JUKU

いたばしノルディックウォーキング塾

体験会
お気軽にご参加を!
毎月第3土曜日、9時45分より
城北中央公園にて開催
参加費1,000円
(ポールレンタル含む)
詳細はWEBサイトを
ご覧ください

詳細は公式サイトへ
www.itabashi-nordicwalking.org

