

NWCN
NORDIC WALK
CLUB NIIGATA



ノルディック・ ウォーク教室 in 新潟県庁

参加費
500円
ポールレンタル
無料

10/24 土

スタート 10:00 ~

集合場所 新潟県庁 正面玄関
新潟市中央区新光町4-1

定員 20名前後



県庁の森も
歩きます!

＼お願いごと／



手指の消毒に



ご協力ください

離れて



歩きましょう

- ・新型コロナウイルス感染防止対策のため、当日は受付時に手指消毒をしていただきます。倦怠感・咳や喉の痛み・発熱(37.5度以上)がある等、体調がすぐれない場合は、参加をお断りさせていただきます。
 - ・マスクをしたままウォーキングをすると、運動強度が上がることがあるのでご注意ください。息苦しさを感じた時はすぐにマスクを外し、休憩を取る等、無理はしないでください。
- ※スポーツ庁より、「屋外で運動・スポーツを行う場合、マスクを着用するかどうかは、運動・スポーツを行う方の判断とします」と提示されています。

お申込み・お問い合わせ

ノルディック・ウォーククラブにいがた

0120-370915

〒950-1151 新潟市中央区湖南 27-7 (あおやまメディカル内)

「ノルディック・ウォーク教室の10月24日の県庁コースに参加希望」とお知らせください。また、お申し込みの際にメールアドレス(携帯・パソコンいずれも可)を伺いますのでご準備ください。メールアドレスをお持ちでない方はご相談ください。



メールでご予約・お申込みの会員様は、

「お名前・ポールレンタルの有無」

を必ず記載してください。

↓メールアドレス

info@nordic-walk-niigata.jp



ホームページからもお申込みができます

「ノルディック・ウォーク教室 in 新潟県庁」のフォームからお申込みできます

ノルディック・ウォーククラブにいがた

<http://www.nordic-walk-niigata.jp/>



注意事項 ●運動制限や心臓疾患がある場合は、事前に掛かりつけの医師にご相談の上ご参加ください。●両手が空く歩きやすい服装、運動靴(サンダル不可)でお越しください。●飲み物等は各自でご用意ください。●少雨決行いたしますので雨具のご準備をお願い致します。●キャンセルの場合は、前日までにご連絡をお願い致します。

コース説明

【県庁外回り】

県庁正面玄関を出て、県庁の森へ向かいます。

1 周約 1 km の距離を 2 周します。

参加者の皆様に合わせて、距離の増減をしたいと思います。

「県庁の森」は、こんな場所にこんな景色が！と思うほど、自然豊かな場所です。また、県庁は昔は行ったけど、最近は行っていないという人も多いと思います。是非とも、『レア感』を体感しに、参加してみませんか？

YouTube でもコース案内をしております。ご覧ください！

YouTube



駐車場案内

お車でお越しの際は、県庁正面玄関向かって左側にある駐車場をお使いください。

また、黄色い線のスペースのみ駐車可能ですので、ご確認の上、ご活用くださいませ。



拡大



雨天の場合

雨天時は、県庁入口の屋根がある部分で、歩き方講習会を開催いたします。大雨や相当な悪天候でなければ本イベントは開催いたします。※中止の場合は、9:00 の段階で、参加者の皆様にメールをさせていただきます。

【主催】ノルディック・ウォーククラブにいがた

住所：新潟市中央区湖南 27-7

TEL：0120-370-915



【後援】

