

令和 5 年度「ノルディック・ウォーク体験教室」開催要項

1. 目 的 運動はしたいけど、膝や腰に不安があり躊躇していた方も参加できるプログラムを実施し、スポーツを通じた健康寿命延伸に取り組むものです。
2. 主 催 公益財団法人佐世保市スポーツ協会
3. 特別協力 長崎県ノルディック・ウォーク連盟佐世保支部
メディカル ノルディック・ウォーキング九州支部
4. 講 師 全日本ノルディック・ウォーク連盟公認インストラクター
5. 開催日時 令和 5 年 5 月 27 日 (土) 10 時 00 分 ~ 12 時 00 分
※雨天時は、室内で開催します。
6. 場 所 長崎県立武道館剣道場及び武道館周辺
7. 対 象 10 歳以上の 20 分以上歩ける方
※お一人で20分以上歩ける方(中学生以下は保護者同伴)
8. 定 員 40 名
9. 参加料 100 円(傷害保険料として。但し、保険には会場までの往復途上は含んでいません。)当日受付にてお支払いください。
10. 申込・問合せ 募集期間中に下記あてに電話で申し込む。
(ノルディック・ウォーク経験の有無もお伝えください。)
◆22-2194(長崎県立武道館)
◆申込・問合せ時間 9 時~17 時 30 分
【募集期間】令和 5 年 4 月 29 日 (土) ~ 定員になるまで
11. 備 考 ・運動のできる服装、室内用靴、飲み物、タオル、荷物はリュックサックなど背負うタイプを準備してください。(ポールは貸し出します。)
12. そ の 他 ・必要な道具等は、各自で用意してください。(動きやすい服装、飲み物等)
・室内の場合は室内シューズ、屋外の場合は運動靴(※スパイク不可)を準備してください。保護者の方のハイヒールや革靴もご遠慮いただき、運動靴等をお願いいたします。
・運動中の事故怪我等は、応急処置は行いますが、その後は主催者が加入する
保険の範囲で対応します。

- ・一旦納入された参加料は、返金できませんのでご了承ください。
- ・申込により保有した個人情報については、当協会の事業以外の目的には利用いたしません。また、教室風景等を写真撮影し、広報、報告書等に使用させていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- ・諸事情により、やむを得ず日程変更や中止をする場合があります。
- ・申込者が極端に少ない場合は中止する場合があります。



・別記の内容に同意の上、お申し込みください。QR コード→
URL↓

<http://www.sasebosports.com/media/4/230311ibentosankachuujiikou.pdf>