



2026年
4月
START



Beauty & Health

心とカラダも変えるボディメンテ

「朝活！ノルディック・ウォーク」

初心者さま
歓迎

猫背解消
体力増進

ストレス解消
運動不足解消

参加費(※保険料含) 600円

レンタルポール 400円

※小学生～高校生まで保護者同伴で無料

時間 AM10:00～PM12:00
※雨天中止

開催日&場所

①2026年5/10(日)、6/14(日)

朝霞中央公園野球場前石畳 東屋テント前集合

②2026年4/19(日)、5/17(日)、6/21(日)

埼玉県営樹林公園広場 大屋根の下集合

持ち物

両手が空くリュックやウエストポーチ、
飲み物、汗拭きタオル

NPO法人 NORDICあさか

☎ 090-1257-9986 (代表:かわち)

✉ nordicasaka2020@gmail.com

Facebook



Instagram



NORDIC_ASAKA2024