



2026年  
9月  
再始動

7月・8月  
は、  
お休みです。



# Beauty & Health

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

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」

開催日&場所

①2026年9/13(日),10/11(日),11/8(日),12/13(日)

朝霞中央公園野球場前石畳 東屋テント前集合

②2026年9/20(日),10/18(日),11/15(日),12/20(日)

埼玉県宮樹林公園広場 大屋根の下集合

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

持ち物

両手が空くりュックorウエストポーチ,  
飲み物,汗拭きタオル

NPO法人 NORDICあさか

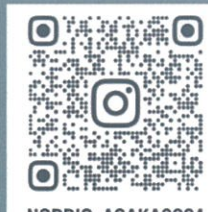
☎ 090-1257-9986 (代表:かわち)

✉ nordicasaka2020@gmail.com

Facebook



Instagram



NORDIC\_ASAKA2024