

# ノルディック ウォーキング 無料体験会

5 / 月  
22

10:00～11:00

場所：宮城広瀬総合運動場  
(雨天中止)

定員：先着**10**名

ポールの持ち方・歩き方から練習するため  
初心者の方でも安心してご参加いただけます！  
ポールの貸出しもごさいます。

姿勢改善

筋力アップ

肩こり解消

ロコモ予防

## 【お申込み方法】

5/15(月)10:00～窓口又はお電話にて承ります。☎022-392-5340

仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬

〒989-3124 宮城県仙台市青葉区上愛子字松原39-1

指定管理者：TM共同事業体(株式会社東京アスレティッククラブ・三菱電機ビルソリューションズ株式会社)