

IKE・Biz Nordic Walking

豊島区の名所を巡りながら、楽しく
ノルディックウォーキング！



鬼子母神



雑司ヶ谷旧宣教師館



重要文化財 自由学園 明日館

※ウォーキング通過ポイント例



スタート地点は
イケビス！
※雨天順延
(予備日：10/23)

10月10日 (月・祝)

10:00 ~ 12:30 (途中休憩含む)

- 対象：小学3年生以上 ※中学生までは保護者同伴要
- 参加費：1,500円 (レッスン料・ポールレンタル料含む)
- 持ち物：
 - ・履きなれた運動靴
 - ・脱ぎ着のできる服
 - ・手袋 (軍手可)
 - ・飲み物
 - ・タオル
 - ・両手が使える荷物入れ (リュックサック)

●講師：日本ノルディックウォーキング協会
マスタートレーナー 伊藤義昭

●申込：**9月3日(土) 10:00~受付開始!** **先着20名**

WEB 右の二次元コードより
お問合せ 03-3980-3131

イケビス1F事務室(時間10:00~20:00)



HP



Twitter



〒171-0021
東京都豊島区西池袋2-37-4
池袋駅西口より徒歩約10分、
メトロポリタン口より約7分