

音楽	芸能	美術 工芸	文化	文学	国際 語学	レクリエ ーション	子ども	スポーツ 体操	美容 健康	IT	日常 生活
----	----	----------	----	----	----------	--------------	-----	------------	----------	----	----------

登録名	のるでいっくうおーきんぐかながわくらぶ	分野	スポーツ・体操		
		小分類	ノルディックウォーキング		
	ノルディックウォーキング神奈川クラブ	指導	講演	披露	
		○			

【活動内容】 ノルディックウォーキング

～PR～ ロコモ予防になりますよ！	<ul style="list-style-type: none"> ・ 1回1時間半、2～4km位のコース ・ ウォーミングアップ・ストレッチ→歩行練習→コースに出てウォーキング→クーリングダウンストレッチ
----------------------	--

■経費（材料費等）	レンタルポール1組100円、レク保険1人1回50円 遠方の場合は交通費実費
■依頼者が準備するもの	ウォーキング出来る服装、運動靴、水、等。
■交通手段	
■資格・経験	日本ノルディックフィットネス協会
■対象者	どなたでも



活動できる曜日		午前	午後	夜間
	月			
	火			
	水			
	木			
	金			
	土			
	日			
応相談：応相談				
活動可能地域：主に神奈川区				