

参加
無料

スノーウォーキング教室

スノーシューをはいて雪上を歩いてみませんか？
普段使わない筋肉を動かして、運動不足を解消しましょう！

日時

平成31年1月24日(木)

平成31年1月31日(木)

平成31年2月7日(木)

13:30~15:00

会場

松尾総合運動公園

定員：20名

※スノーシューの道具を
持参する方は含まない

- ◆防寒対策はしっかり行って下さい。
- ◆飲み物やタオル等必要な物は各自持参して下さい。



スノーシューとは？

靴に取りつけ雪上を歩くための道具。
アルミ製パイプの枠に幕をはったものや
一体成形のもの等がある。先端をそらし、
底に爪があるので傾斜地でも楽に歩ける。
日本のかんじきに似ているが、
かんじきほど沈まず歩きやすい。

問合せ・申込先

八幡平市体育協会 TEL：0195-70-1600

各教室前日までにお申し込みください。

