

ノルディック
ウォーキングで地元を歩こう

おいしい

ノルディックウォーキング部

【日時】2017年

若柳上畑岡編

8月9日(水) 10:30~12:00

【初めての方】無料レッスン(10:00から30分間)

- ★初めての方、初心者向け
- ★初めての方に無料レッスン有り
- ★無料でポールを貸し出し
- ★オプションでおいしい昼食



ノルディックウォーキングは、クロスカンリースキーの選手たちが、夏の間の体力維持・強化トレーニングとして行なっていたもので、専用のポールを使って歩く全身運動です。



オプションは、「食事処 四季味」で自家製の農産物をたっぷり使ったランチ♪



“歩いて” “食べる” プログラム

ノルディックウォーキングで地元のイトコ口を歩き、歩いた後は地元で食べるプログラムです。開催の度に参加者を募集します。

今回は伊豆沼に咲くハスの花を眺めながら若柳上畑岡地区を約4km歩き、オプションで「食事処 四季味」の昼食を食べます。



昼食会場の「食事処 四季味」は有機栽培の米、減農薬栽培の自家生産野菜を楽しめる農家レストランです。宮城県伊豆沼・内沼サンクチュアリセンター2階にあります。営業日は、3月~10月は日曜・祝日、11月~2月は土・日曜・祝日。月曜以外の平日は予約制。

- 【参加費】 1,000円(傷害保険料を含む)
- 【内容】 若柳上畑岡地区を約4km歩きます。伊豆沼に咲く一面のハスの花の眺めが楽しめます。JNWA公認インストラクターと歩きます。
- 【集合場所】 宮城県伊豆沼・内沼サンクチュアリセンター駐車場(〒989-5504 栗原市若柳上畑岡敷味17-2) ※場所が分からない場合は、電話でご相談を受けます
- 【持ち物】 運動に適した服装・靴、雨具、帽子、飲料水、手袋、タオル、着替え、ポール(お持ちの方) ※ポールの無料貸出有り
- 【昼食(オプション)】 ※希望者のみ。申込時に予約を承ります。場所: 食事処 四季味 昼食代: 1,000円 ※参加費と別 時間: 12:00~13:30
- 【定員】 10人
- 【申込締切】 8月7日(月) 正午まで ※定員になり次第締切

<< 主催(申込・問い合わせ先) >>

一般社団法人

くりはらツーリズムネットワーク

〒989-5504 宮城県栗原市若柳上畑岡敷味45番地

Tel/Fax 0228-24-8588

Email kurihara.tn@gmail.com URL <http://ktnpr.com/>

FB <https://www.facebook.com/kuriharatourism>



<< 協力 >>

食事処 四季味 鈴木 春江

 GOOD DESIGN