

《 ノルディックウォーキング教室日程 》

【内 容】

回	日 時	行 程
1回目	4 / 16(木) 開講式 10:00~12:00	<p>【ノルディックウォーキングの基礎知識及び歩き方】</p> <p>集合・受付場所：室根体育館</p> <p>室根きらめきパーク内を歩きます。</p>
2回目	4 / 23(木) 10:00~12:00	<p>【2. 5 kmコース】</p> <p>集合・受付場所：室根体育館</p> <p>少し距離を伸ばし、室根きらめきパーク周辺のコースを歩きます。</p>
3回目	4 / 30(木) 10:00~12:00	<p>【3. 5 kmコース】</p> <p>集合・受付場所：室根体育館</p> <p>室根きらめきパーク⇒金成屋 までのコースを往復します。</p>
4回目	5 / 8(金) 10:00~12:00	<p>【4 kmコース】</p> <p>集合・受付場所：道の駅「むろね」</p> <p>道の駅「むろね」⇒室根市民センター までのコースを往復します。</p>
5回目	5 / 14(木) 閉講式 10:00~12:00	<p>【室根大祭コース】 7 km</p> <p>集合・受付場所：ひこばえの森交流センター</p> <p>1300年続く室根町のお祭り「室根大祭」で荒馬先陣（行列）が通るコース（一部）を往復します。</p> <p>ひこばえの森交流センター⇒一関市役所室根支所</p>

※雨天時の会場は、室根テニスコート（屋内）です。

判断は、当日の朝8:30に判断し、一関市スポーツ協会 HPにてお知らせします。