

JNFA 第2回 公認コースを歩こう！

大塚海浜緑地 LAGUNA BEACH ラグーナ蒲郡

ノルディックウォーキング

NORDIC WALKING

大会



ノルディックウォーキングとは

専用ポールを使って歩くことで肘や肩など上半身が活動。通常のウォーキングに比べエネルギー消費量が約20%上昇するといわれるウォーキングです。

大会公式サイト



講師

とみおか とおる

富岡 徹

JNFA Japan Nordic Fitness Association

INWA公認ナショナルトレナー
名城大学 外国語学部 教授

日時 **2023年1月29日** 日 9:30~12:00 荒天中止

会場 **JNFA ラグーナ蒲郡 公認コース ノルディックウォーキングコース**

〒443-0014 愛知県蒲郡市海陽町2-39 大塚海浜緑地「ラグーナビーチ」

- コース
- ① ビギナー講習+3.8km
 - ② 初心者コース(3.8km)
 - ③ 中級者コース(6km)
 - ④ 上級者コース(10km)

定員 合計 **200**名

参加費 **500**円 おひとりさま 保険、記念品、軽食つき

申込締切 **2023年1月15日(日)**

当日受付にてお支払下さい



主催 中部ノルディックウォーキングネットワーク、癒しとアンチエイジングの郷推進協議会

共催 NPO法人日本ノルディックフィットネス協会、スマートウェルネスビーチ蒲郡共同事業体

協賛 異国精肉店ザ・アミーゴス、有限会社金森スポーツ名古屋、株式会社キャラバン、株式会社黒野建築設計事務所、株式会社ナイト工芸、株式会社ハブアウトドアーズ、ミヤコ・スポーツ株式会社、株式会社ユーエイエム、株式会社LAVA International、Lapin Nordic sports 【50音順】

協力 鯨歩行倶楽部、NPO法人朝日丘スポーツクラブ、犬山ノルディックウォークらぶみはまノルディックウォーキングクラブ、ラブ・ウォーキング・あま

後援 蒲郡市



中部ノルディックウォーキングネットワーク

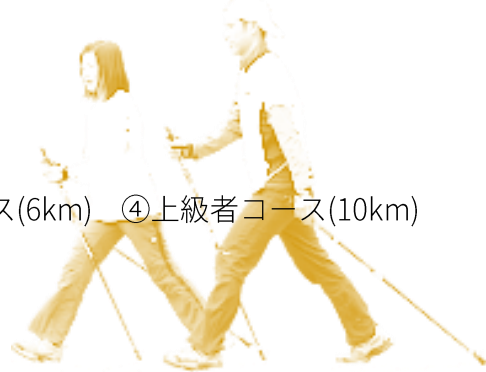
日時 2023年1月29日(日) 9:30~12:00 荒天中止

会場 ラグーナ蒲郡 ノルディックウォーキングコース
〒443-0014 愛知県蒲郡市海陽町2-39 大塚海浜緑地「ラグーナビーチ」

コース ①ビギナー講習+3.8km ②初心者コース(3.8km) ③中級者コース(6km) ④上級者コース(10km)

参加費 おひとりさま 500円 保険、記念品、軽食つき・当日受付にてお支払下さい

定員 合計200名



ラグーナ 蒲郡 ノルディックウォーキング コースMAP



◆ご利用にあたって
当コースは公共の場所です。公共のマナーを守って楽しくウォーキングしてください。お互いが気持ちよく利用できるように以下の点をお守りくださるようお願いいたします。

◆禁止行為
・他人に危害を及ぼすおそれのある行為
・火気の使用(喫煙含む)
・ゴミなどのポイ捨て
・飼主がペットのフンなどを放置すること
・無断で工作物や自動車などを設置すること
・無断での営利行為など
万一施設及び樹木などに損傷を与えた場合は、ただちに緊急連絡先へ連絡し、指示にしたがってください。

◆免責事項
施設利用中の事故については、責任を負うことはできません。事前の体調管理・コースでの安全確認には十分ご注意ください。状況によりコースの一部または全部を利用できない場合があります。

◆JNFA公認インストラクター指導を希望する場合
初めの方は、インストラクターの指導の下に体験することをお勧めします。また、レンタルポールもございますのでお気軽にご利用ください。
スマートウエルネスビーチ蒲郡共同事業体 0533-65-8548
癒しとアンチエイジングの郷推進協議会(蒲郡商工会議所) 0533-68-7171

◆緊急連絡先
スマートウエルネスビーチ蒲郡共同事業体 0533-65-8548

FAX 0533-68-0339 または **QRコード** からお申込み下さい。

お申込締切

2023年1月15日 日

フリガナ		性別	男性・女性		
氏名		生年月日	西暦	年	月 日
住所	〒				WEB申込み
TEL					
MAIL					
希望コース	① ビギナー講習 + 3.8km	② 初心者コース (3.8km)	③ 中級者コース (6km)	④ 上級者コース (10km)	
ポールレンタル 無料・先着順	必要・不要		参加チーム名 又は同行者名		

傷害保険加入のため全てご記入ください。複数でご参加の場合「一緒に参加される方のお名前・チーム名」をご記入ください。ご提出いただいた情報は個人情報保護法に基づき保険加入・当選連絡及び次回以降のお知らせにのみ使用させていただきます。