

第13回

誰でもできるおしゃれな筋トレ「ノルディックウォーキング」を楽しみましょう!

豊洲五丁目ノルディックウォーキングを楽しむ会

**今回の目標は東京タワーです。
浜離宮や芝公園の紅葉を楽しみます!**



日 時：11月15日(土) 9:00～11:00 ごろ

※08:45 集合

場 所：豊洲五丁目公園(カニ公園)+コース/ぐるり公園

参加費：500 円(保険代含む)

レンタルポール費：500 円(必要な方のみ)

※レンタルポールのご利用は事前のお申し込みが必要です。

※ノルディックウォーキング専用ポールをご持参の方はポール費不要です。

●お申し込み方法：専用メールフォームをご使用ください。右記の QR コードにてアクセスし、必要事項をご登録ください。折返し以下のメールアドレスからご案内させていただきます。

→ toyosu5jichikai@gmail.com

●申込み受付：

11月14日(金)の12時まで。

※先着 15 名とさせていただきます。

お問い合わせ：toyosu5jichikai@gmail.com

【ご注意】メールアドレスが携帯電話の方はパソコンからのメール(@gmail.com) が受信できるように設定をお願いします。

お申込み後、集合場所などの詳細をお知らせいたします。

5 日以上返信が届かない場合はその旨ご連絡ください。

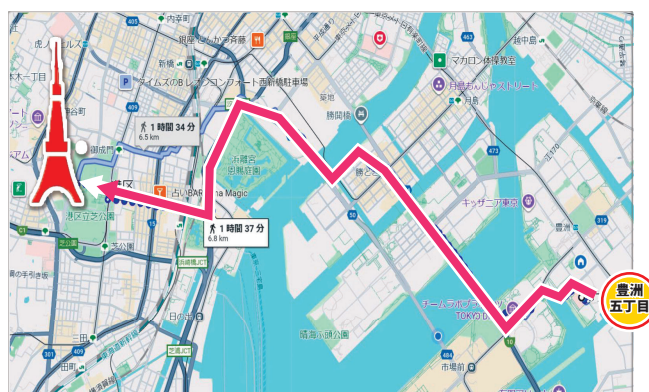
※雨の場合は中止とさせていただきます。



お申込みはこちらから



<https://x.gd/lIde3>



主催：豊洲五丁目マンション自治会

今回のコースです。東京タワーを目指します。