

# 豊洲五丁目ノルディックウォーキングを楽しむ会 No.18

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！

今回のテーマは

## 東京タワーをもう一度！

旧芝離宮や芝公園／増上寺を巡ります！

日 時：9月20日(日) 10:00～12:00 ごろ

※09:45 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](mailto:toyosu5jichikai@gmail.com)

●申込み受付：

9月19日(土)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](mailto:toyosu5jichikai@gmail.com)

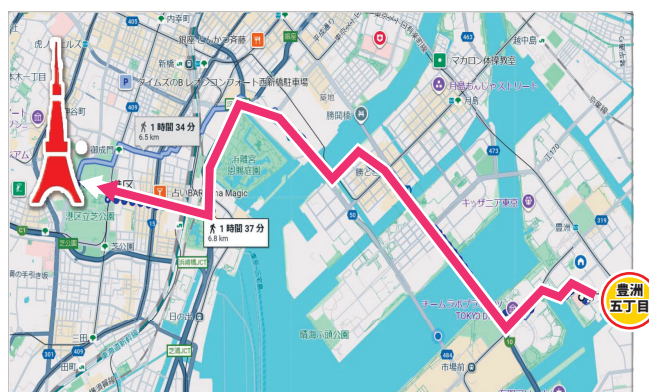
【ご注意】メールアドレスが携帯電話の方はパソコンからのメール( @gmail.com ) が受信できるように設定をお願いします。お申込み後、集合場所などの詳細をお知らせいたします。5 日以上返信が届かない場合はその旨ご連絡ください。※雨の場合は中止とさせていただきます。



お申込みはこちらから



<https://x.gd/llde3>



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。