

★当日、このチラシをご持参ください。

チェックポイントを回って健康ポイントをゲット!

NPO法人Let'sたるい

# ノルディックウォーク

[指導者付]

- 【1回目】** 10:20 受付  
 10:25 準備運動  
 10:30 スタート  
 11:30 ゴール
- 【2回目】** 13:20 受付  
 13:25 準備運動  
 13:30 スタート  
 14:30 ゴール

うえだやさん特製  
お花見弁当付き



- 定員 各15名
- 参加費 1,000円(お弁当込み)
- ポール貸出 あります(無料)
- 申込み NPO法人Let'sたるいにて受付
- 申込締切 3月29日(水) ☎0584-22-0139



中山道散策・ノルディックウォークで、  
全てのスタンプを集めたチラシを垂井町  
保健センターにお持ちいただくと、  
健康ポイントがもらえます。

全部のスタンプを集めて  
ゴールを目指そう!  
参加賞を進呈します。

●ウォーク中は、自己管理の下  
お楽しみください。



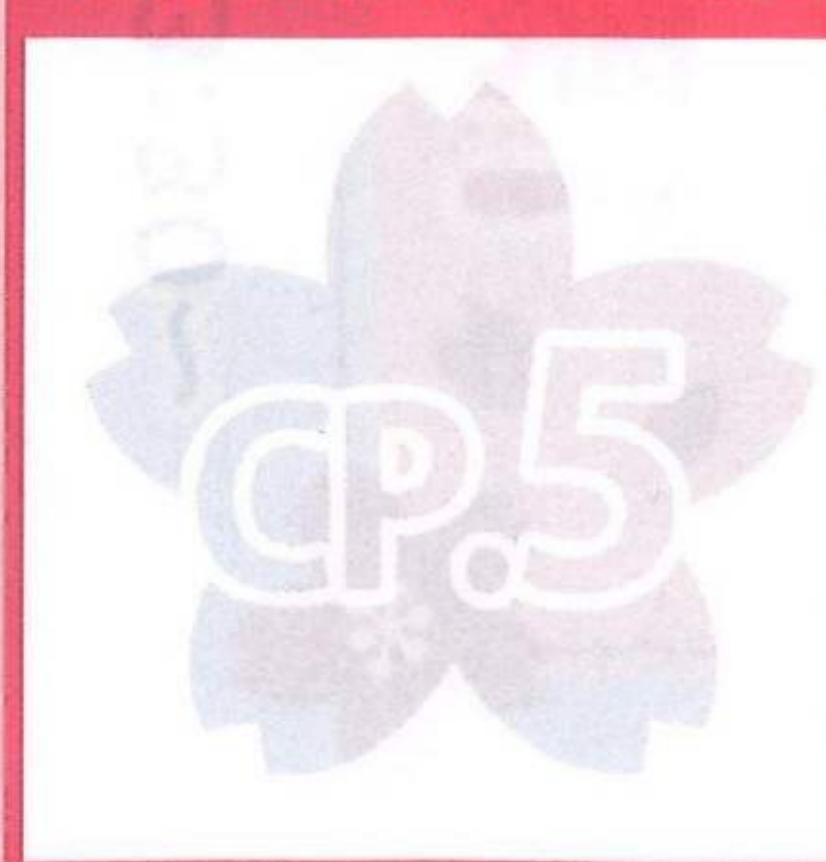
チェックポイント3  
(大衆居酒屋食堂どん)



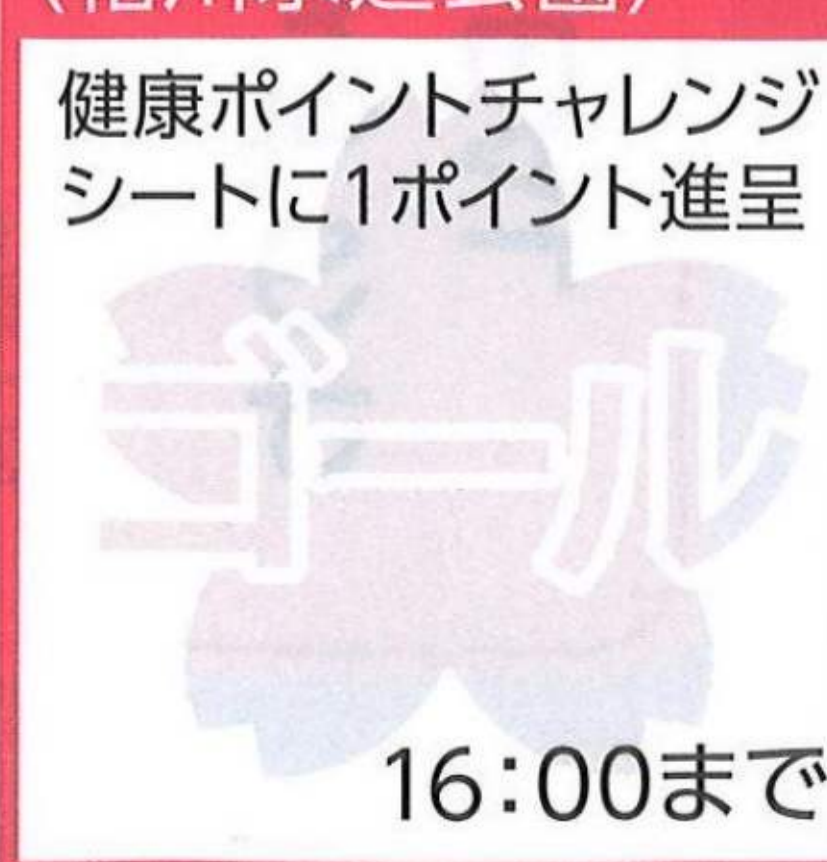
チェックポイント4  
(彩葉食坊CIEL)



チェックポイント5  
(藤田酒店)

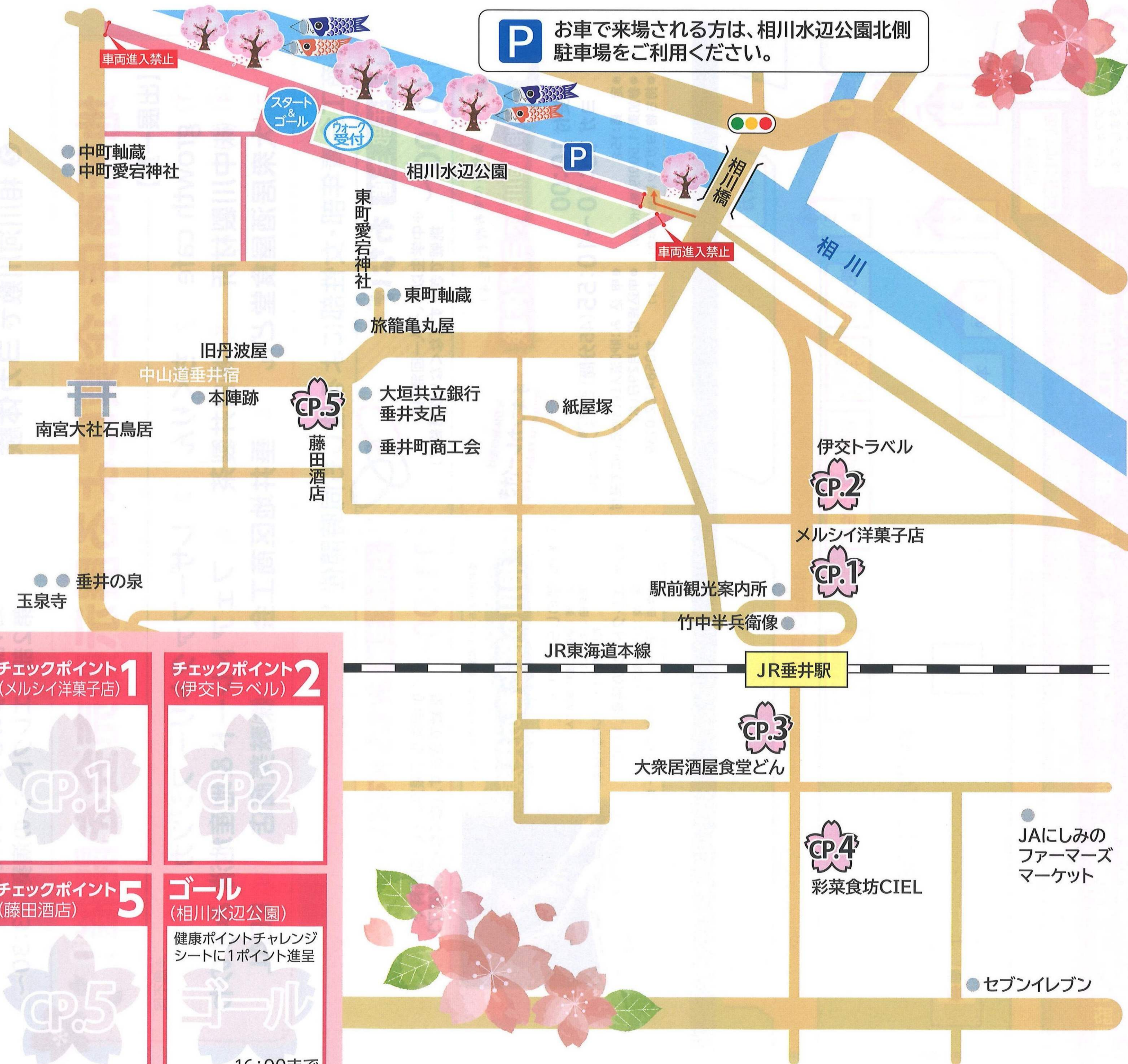


ゴール  
(相川水辺公園)



健康ポイントチャレンジ  
シートに1ポイント進呈

16:00まで



P お車で来場される方は、相川水辺公園北側  
駐車場をご利用ください。