

令和6年度スポーツ振興くじ (toto)
助成事業

健康

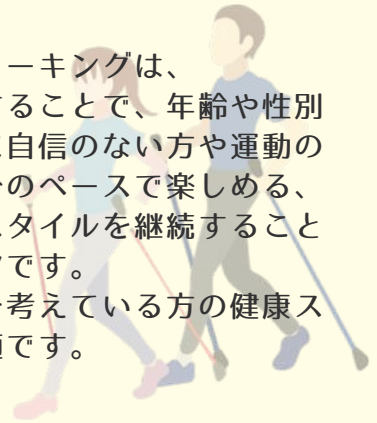
スポレクセミナー

令和6年度第1回
レク有資格者フォローアップ研修会

気持ちも身体も健康に！

ノルディック ウォーキング

ノルディックウォーキングは、
運動負荷を調節することで、年齢や性別
を問わず、体力に自信のない方や運動の
苦手な方でも自分のペースで楽しめる、
健康的なライフスタイルを継続すること
ができるスポーツです。
日常の運動習慣を考えている方の健康ス
ポーツとして最適です。



令和
6年

4/28

(日)

13:00
- 15:30

絶賛
受付中

定員 30名
※要事前申し込み

場所

山口県セミナーパーク セミナー室1 山口市秋穂二島1062



講師 山本陸記 (日本ノルディックウォーキング協会公認マスタートレーナー)

参加費 一般 (スポーツ・レク活動に関心のある方) 2,500円
レク有資格者または賛助会員 2,000円
レク有資格者で賛助会員の方 1,500円

携行品 運動できる服装、帽子、水分補給品、筆記具
ノルディックウォーキングポール (お持ちの方のみ) ※貸出有
保険証 (各自で保管)、雨具 (小雨であれば屋外でも実施します)
活動実績カードまたは学習履修カード (お持ちの方のみ)

申込み FAX、メール、または右下申込みフォームからお申込みください

申込み時、①氏名 ②住所 ③電話番号 をお知らせください。

※ご都合で参加できなくなった場合は、必ず事務局までご連絡ください。
当日 (ご連絡がなくてご参加されなかった場合を含む) はキャンセル
料をいただくことがあります。あらかじめご了承ください。
※(一社)山口県レクリエーション協会は、提出される参加申込みに記載
されている個人情報について、厳正なる管理のもと保管いたします。

ホームページ申込フォーム

コチラよりお申し込みください ▶

申込期間 2024.4.24 (水)



主催 / 公益財団法人日本レクリエーション協会
一般社団法人山口県レクリエーション協会

【お問い合わせ】 TEL.083-934-5510 ☑ yamareku@oregano.ocn.ne.jp



本事業はスポーツ振興くじ助成金
を受けて開催します