

南河内を流れる石川沿いに泳ぐ「鯉のぼり」 自然を感じながら歩いてみませんか！

ノルディック・ウォーク ～春を満喫！みんなで見よう鯉のぼり～

- 日程 4月22日（土）10時～15時30分（受付開始9：30～）
集合場所 レインボーホール1F 中ホール（富田林市市民会館）
参加費 お1人様 600円（ポールレンタル有 別途300円）
募集人員 20名（先着順）
その他 両手の使える服装と運動靴でご参加下さい



完歩賞は
かしわ餅



イメージ

コース(約5km)

レインボーホール (出発)



石川 (鯉のぼり鑑賞&昼食)



寺内町 (解散)

出発場所と解散場所は異なります

持ち物

昼食・飲み物

雨具・帽子

タオル

ノルディックポール
(お持ちの方)

フィンランド生まれのウォーキングスタイル

氏名

☎

メールアドレス

ご年齢

ノルディックウォークの経験 有 ・ 無

お申込み・お問合せはレインボーホール（富田林市市民会館）

〒584-0012 富田林市栗ヶ池町 2969 番地の 5

TEL 0721-25-1117 (9:00～17:30) 休館日 毎週水曜日 HP <http://www.rainbowhall.jp>

