

2025年度

ノルディックウォーク会



加賀市ウォーキングマップを活用した定例ノルディックウォーク会を
毎月第三日曜日に開催しています。一緒に歩いて
爽やかな汗を流しませんか？初心者の方、大歓迎です！

※ 7月のみ集合は9時

参加無料
ポール貸出無料

日 時（※小雨決行）	コース(距離)	集合場所
4月20日(日) 集合:9時30分	山中(3.6km)	山中座
5月18日(日) 集合:9時30分	山代(4.2km)	山代地区会館
6月15日(日) 集合:9時30分	三谷(4.9km)	三谷地区会館
7月20日(日) 集合:※9時00分	塩屋(4.2km)	塩屋海岸駐車場 ※雨天中止
10月19日(日) 集合:9時30分	庄(3.8km)	庄地区会館
11月16日(日) 集合:9時30分	勅使(4.7km)	勅使地区会館
12月21日(日) 集合:9時30分	片山津(4.8km)	片山津地区会館
3月15日(日) 集合:9時30分	湖北(5.1km)	湖北地区会館

★通年コースをお申込みの方は、欠席する場合は事前に連絡をお願いします

- 指導員 加賀市ノルディックウォーク協会
- 持ち物 ポール(お持ちの方)、飲み物、タオル、KAGA 健幸ポイントカード
※動きやすい服装、履きなれた靴でお越しください。
雨天の場合は室内で運動を行いますので、内履きズックをご持参ください。
- 定 員 40 名
- 対 象 加賀市民
- 要申込 健康課 TEL 72-7865 FAX 72-5626
※申込締切は、開催日の2日前とします。

ヘルスケアアプリお使いの方



100 ポイント
進呈！



加賀市健康づくり
スローガン
まず 10 分！運動を
続ける秘訣です！



※この事業は、加賀市からの委託を受けて、加賀市ノルディックウォーク協会が実施します。