

小樽市 ノルディックウォーキング 自主グループ

令和7年8月現在



グループ名

杜のつどい ノルディック ウォーキングの会

高齢者の健康づくりを応援しており、アットホームで手厚いサポートが好評を得ています。

望洋ふれあいサロン ノルディック ウォーキングの会

眼下に海を眺め、増毛の山なみを望みつつ活動しています。望洋台以外の方の参加も歓迎です。

おたる ノルディックウォーキング 愛好会

四季を通じて活動し、健康維持・増進のためのウォーキングや市内各所のコースでも活動を行っています。

活動日時

第2・第4金曜日
午前10時30分～12時頃

第2・第4水曜日
(活動時期は4月から11月)
午前10時～11時

火・木曜日
午前10時～11時

集合場所

産業会館 1階
杜のひろば
(稲穂2-17-1)

望洋ふれあいセンター
(望洋台2-2-11)

<火曜日>
・4月～3月：
小樽市総合体育館前（花園5-2-2）
・12月～3月：スノーシュー（花園公園）
・1月～3月：歩くスキー（からまつ公園）

<木曜日> 長橋なえぼ公園（幸1-53）
・4月～11月初旬

費用
連絡先

【参加費】
・杜のつどい会員：1回300円
・非会員：1回400円

【代表】
西岡 昭治
(Tel 090-2053-5586)

【参加費】
・無料

【代表】
平野 紘一
(Tel 54-4552)

【参加費】
・無料
・スポーツ保険に任意でお申込みいただけますので、お問い合わせください。

【問合せ先】
寺下 義昭
(Tel 090-3390-9527)

参加を希望される場合は、事前にグループの連絡先へご連絡をお願いします。
参加する時は、動きやすい服装、歩きやすい靴で、水分摂取の飲み物を持参しましょう。



このチラシに関するお問い合わせは 小樽市保健所健康増進課
電話 22-3110