

ノルディックウォーキングクラブ交流会の様子(8月9日)



ポールを使って体操、ストレッチをしました！



ノルディックウォーキングで良い汗を流しました！木々の中を気持ちよく歩きました。



あたり見渡せる丘でみんなで一枚撮りました！



スキーヤーの方は、ちょっとした傾斜でほんのちよつと練習！



最後には、プレゼント抽選会！松山委員長よりいただいた野球チケットもあたりました！



ノルディックウォーキングの後には、みんなでジンギスカン食べ飲み放題！おいしいのと会話が弾むのと楽しい時間となりました！

ご参加いただいた皆様ありがとうございました。また一緒に活動できる日をスタッフ一同楽しみにしております。