

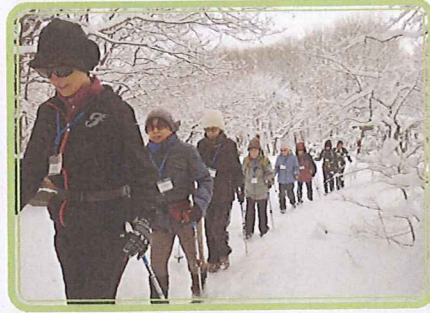
# スマイル♪NW便り

ノルディックウォーキング

Vol. 9 (2015年1月号)

あけましておめでとうございます！  
今年も元気にNWを楽しみましょう！

## ビギナークラス beginner



真っ白な雪の上を歩くのも気持ちいい♪



## スタンダードクラス Standard



## マスタークラス Master



霜が降りる寒さでも元気にNW！

羊ヶ丘病院  
スマイル♪  
Smile