

寒い冬は足元も悪く運動不足になりがち。
ノルディックウォーキングなら2本のポールを使うことで
普通のウォーキングより安全に歩きながら
スポーツとして楽しめる全身運動です！

スマイル♪NWの皆さんは
冬も元気！



冬には冬の・・・

発見があります！

今年の冬は厳しい寒さの日が多いですが
皆さん、オシャレですね！



★悪天候のほか
足元のコンディションが
危険と判断した場合は
中止にする事があります。
ご了承下さい。



冬場は必ず冬靴の使用をお願いします。
防寒対策もしっかりと！

