



歩いて広がる
仲間の輪！

第60回 ノルディック・ウォーク体験会

日時：6月23日（火）
13：00～14：30

場所：(株)東海医療器械
沼津市大岡901-3

対象：小学生以上

参加費：無料（ポールレンタル料無料）
指導員：井草 延夫（JNWL上級指導員）
鈴木 憲介（JNWL指導員）

ノルディック・ウォークとは？

スキーのクロスカントリーのように両手にポールを持ち、地面にポールを突きながら歩く歩行運動です。一番の特徴である専用ポールを使った4点歩行により、両足にかかる過重負担を分散させ、膝などへの負担を軽減させるとともに、効率的な全身運動を行うことができます。日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員が丁寧に指導いたします。

※駐車場は敷地内8台有（送迎等は行っておりません）

※周辺散策2～3km予定（沼津信用金庫大岡支店にて休憩をとります）

※雨天の場合は室内にてレクリエーション開催

※参加費無料の為、保険未加入

— 初めの方大歓迎 —
ポールレンタル無料

— 参加に関して —

- 参加費無料
- 予約不要
- 当日参加OK

— 持ち物 —

- タオル・飲み物・帽子
- リュックやウエストポーチ
- 運動できる格好・シューズ

— お問い合わせ —

株式会社東海医療器械
電話：055-921-5387
担当：杉本
営業時間：月～金 9:00～17:30
土 9:00～15:00
定休日：日・祝・第5土

【沼津市ながら見守り活動同時開催】

世代・地域・想いを、つなげる。
TOKAI 株式会社 **東海医療器械**
MEDICAL INSTRUMENTS

〒410-0022 静岡県沼津市大岡901-3

☎055-921-5387

裏面に同日開催イベント情報あります！

詳しくはWEBで



3 すべての人に
健康と福祉を

11 住み続けられる
まちづくりを



パラスポーツ

ボッチャ

年齢や障がいの有無にかかわらず、
誰もが一緒に楽しめるスポーツ！
戦略とチームワークがカギになる、
奥深い競技です。

みんなで楽しもう！

BOCCIA

体験会開催！

2026. 6. 23 (火)

14:30-15:30

参加費 無料

会場 株式会社東海医療器械

講師 鈴木

お問い合わせ



〒410-0022 沼津市大岡 901-3



055-921-5387