

仙台・青葉山公園

ポールを使って歩こう！
モルックも楽しもう！

ノルディック ウォーキング & モルック体験会

ノルディックウォーキング体験 モルック体験もできます！！

ノルディックウォーキングとモルック、
どちらもフィンランド発祥の健康スポーツです。
ポールを使って歩いてみたい方、モルックを体験してみたい方、
どなたでもお越しください。
ポールを使うのが初めての方には
簡単なレッスンをいたします。



お問い合わせ・お申込みは
ホームページまたはメールで

✉ メールアドレス info@mn-net.org
💻 ホームページ <https://mn-net.org/>

みちのくノルディック 検索

どなたでも
お気軽に
ご参加ください！

参加無料
申込不要※

※ノルディックウォーキング
体験希望の方は、レンタルポールを
準備しますので事前にお申込み
ください（先着5名）



モルック体験

日程

- ① 9月12日（土）
- ② 11月8日（日）
- ③ 12月13日（日）

※日程や集合場所は変更となる
場合があります
最新情報はQRコードから
ご確認ください



時間

10:00～11:30
（受付 9:45～）

集合
場所

仙台市青葉山公園
リバーサイド・パークハウス

主催

みちのくノルディックウォーキングネットワーク (MN-net)

共催：青葉山エリアマネジメント

