

大和高田市・葛城市 共同開催

竹内街道・横大路（大道）活性化事業

2015
10/31

ノルディックで歩く 街道いまむかし



竹内街道から横大路にかけて大道が整備されて1400年あまり。ノルディックウォーキングで歩きますか？2本のポールを持つだけで、通常のウォーキングに比べカロリー消費量もUP！足腰への負担も軽減させることができます。ポールは無料で貸し出します。是非ご参加ください。

- ◆開催日◆ 平成27年10月31日（土） *雨天決行・荒天中止
- ◆受付◆ 大中公園（大和高田市大中183）
午前9時から9時30分まで
- ◆コース◆ 大中公園→横大路→竹内街道→相撲館「けはや座」→當麻寺【約5km】
※10時30分スタート 12時頃ゴール（予定）
※スタート前にインストラクターによる歩き方の講習を行います。
- ◆持ち物◆ 運動のできる服装、運動靴、リュック等（両手にポールを持つため）、水分補給のための飲み物、雨具など
- ◆参加費◆ 無料（ノルディック用ポール無料貸出し）
- ◆募集期間◆ 10月1日（木）～10月19日（月）※要事前申込み
※先着100名（定員になり次第、受付終了）
- ◆申込み方法◆ 下記のどちらかへ電話でお申込みください。
※氏名（フリガナ）、住所、年齢、身長、ポールの有無、代表者の連絡先をお知らせください。
【主催・問い合わせ先】 ※業務時間8:30～17:15（土日祝除く）
☆葛城市商工観光課 TEL: 0745-48-2811
☆大和高田市企画法制課 TEL: 0745-22-1101



※ 昨年度の様子（大中公園にて）