

<2025年10月～12月・海の森ノルディックウォーキング >

日程	内容	担当
10/13(月祝)	10:30-11:30 ビギナー 競技場 2km 13:30-15:30 ステップアップ 海の森公園 6km	黒木 公美
10/18(土)	10:30-11:30 ビギナー 競技場 2km 13:30-15:30 ステップアップ 海の森公園 6km	坂上 加奈子
11/15(土)	10:30-11:30 ビギナー 競技場 2km 13:30-15:30 ステップアップ 海の森公園 7km	坂上 加奈子
11/16(日)	10:30 - 15:00 10kmチャレンジ	黒木 公美
12/13(土)	10:30 - 15:00 10kmチャレンジ	坂上 加奈子
12/14(日)	10:30-11:30 ビギナー 競技場 2km 13:30-15:30 ステップアップ 海の森公園 6km	黒木 公美

※天候などにより内容変更の可能性がございます。