

＜2026年1月～3月 海の森水上競技場ノルディックウォーキング＞

日程	内容	担当
1月17日（土）	10：30－11：30 ビギナー 競技場内 2Km	坂上 加奈子
	13：30－15：30 ステップアップ 海の森公園 4km	
1月18日（日）	10：30－11：30 ビギナー 競技場内 2Km	黒木 公美
	13：30－15：30 ステップアップ 海の森公園 6km	
2月14日（土）	10：30－11：30 ビギナー 競技場内 2Km	坂上 加奈子
	13：30－15：30 ステップアップ 海の森公園 6km	
2月15日（日）	10：30－11：30 ビギナー 競技場内 2Km	黒木 公美
	13：30－15：30 ステップアップ 競技場周辺 7km	
3月14日（土）	10：30－11：30 ビギナー 競技場内 2Km	坂上 加奈子
	13：30－15：30 ステップアップ 競技場周辺 7km	
3月15日（日）	10：00－15：00 10kmチャレンジ	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。