



会員募集！！（運動制限のない方）

きれいな姿勢で、元気に歩行。

サルークノルディックウォーキング倶楽部

講師：長谷川佳文

日本ノルディックウォーキング協会副理事

元目黒区碑文谷体育館館長(平成30年3月まで就任)

日本ノルディックウォーキングマスタートレーナー

日本陸連上級ジョギングインストラクター



毎週2回(季節により時間変更考慮)

火曜日:午前10時00分～11時30分

土曜日:午後 2時00分～ 3時30分

開催場所

株式会社サルーク4階(裏面地図)

および適宜、公園等で実施！！

受講料(チケット制)

1回チケット 1,500円(税別)

11回チケット 15,000円(税別)

その他:ポール貸し出し 10名様 1回 200円

お飲み物をご持参ください。



おしゃれ倶楽部



株式会社 サルーク

開場

株式会社サルーク 4階

住所：目黒区目黒 2-9-5 ブラッサム目黒 4階



大鳥神社前バス停：徒歩 3分

権之助坂バス停：徒歩 3分

目黒駅：徒歩 7分

連絡先：株式会社サルーク

電話：6420-0091

090-8083-7015 (森)

090-3509-6441 (小宮山)