

【 冬こそ、箕面の森でWell-Being ウォーキング 】

# 山さわやか 山を楽しむ ノルディックウォーキング

インストラクターと一緒になので  
初めての人も安心!!

箕面川ダム周辺の遊歩道を  
ウォーキング!!

自然解説員が山の楽しみを  
お伝えします。



ノルディックウォーキング  
インストラクター 中川弘佳

【 日 時 】 12月16日(土)

ノルディックポールの貸し出しあります

午前10:00~12:00ごろ  
※小雨決行(警報発表時は中止)

【 集 合 】 箕面ビジターセンター案内所前 9:50

【 参 加 費 】 300円(ポール貸し出し代、保険料など)  
※ポール持参の場合:100円



【 申 込 み 】 定員10名 ※事前予約が必要  
ホームページ「お申込フォーム」に必要事項を入力して申込ください。  
体調のすぐれない方はご遠慮ください。

【 持 ち 物 】 歩きやすい靴、水筒など

【問合せ】 森を守って20年  
NPO法人みのお山麓保全委員会  
TEL&FAX: 072-724-3615  
E-mail: yama-nami@yama-nami.net  
HP: http://yama-nami.net/minoh-visitor/

【主催】 箕面ビジターセンター(大阪府北部農と緑の総合事務所)  
箕面市箕面1576 ※フリーWi-Fi利用できます。

【協力】 Laughter Body Work Base 中川弘佳  
箕面ビジターセンター友の会  
\*当日、雨天の場合: イベント実施の有無は箕面ビジターセンター  
又はNPO山麓委員会へお問合せください。

