

1. 受講月日 令和6年5月7日(火) 10:00~12:00 天候 曇り
2. 受講テーマ 「ノルディックウォーキングを楽しもう」
3. 受講場所 大坂城公園周辺
4. 講師名 木村 健二氏 (全日本ノルディック・ウォーク連盟 専務理事)
5. 学習内容

「川の駅はちけんや」⇒天満橋⇒歩道橋⇒大坂城公園⇒(青屋門⇒極楽橋⇒天守閣⇒桜門⇒大手門)⇒「はちけんや」のコースで、約5kmのウォーキングを楽しんだ。



ポールを受け取って集合



準備体操と講義



1回目の休憩と講義



2回目の休憩



1班の集合写真



全体の集合写真

心配だった雨も止み、曇りで快適に過ごせました。ウォーキング終了後、各班で昼食をとり親睦を深めました。1班は昼食後、有志が中之島のバラ園を散策しました。