

アルペンローゼイベント開催状況報告

平成30年10月20日(土)に開催いたしました「ノルディックウォーキング教室」の開催状況について報告します。
今年も、年2回開催し、2回目となる当日も20名の方にご参加いただき、大変盛況となりました。

当日は、少し肌寒い天候ではありましたが、日本ノルディックフィットネス協会の資格を持つ講師の方々の指導のもと、暖かい屋内でウォーミングアップと歩き方の基礎を教わった後、初級～上級まで5班に分かれ、紅葉に色づく草津の自然をお楽しみいただきました。

