

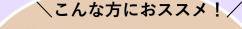
# 2025年度

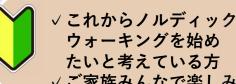


# オリンピック・デー記念講習

ノルディックウォーキング入門編 ~ 講義と実技まるごとレッスン~

# 2025年 6月22日 (日)





ウォーキングを始め たいと考えている方 √ご家族みんなで楽しみ たい方



時間

 $10:00\sim12:00$ 

札幌オリンピックミュージアム

40名

参加者には アクエリアスを プレゼント!

**\こんなことが学べる!**/

- √ 1回で効果と運動の仕方 の両方がわかる!
- √オリンピックの裏話も 聞けちゃうかも?

費用

参加無料 (※ただし、高校生以上の方は入館料が必要となります。)

◇講習①◇

10:00~10:30

ノルディックウォーキング基礎講習

講師:阿部雅司 館長

場所:札幌オリンピックミュージアム

1階ウィンタースポーツシアター



1994年リレハンメルオリンピック ノルディック複合団体 金メダリスト ◇講習②

10:30~10:45 準備運動・練習

場所:札幌オリンピックミュージアム

エントランス広場(屋外)

10:45~12:00

ノルディックウォーキング体験

コース:大倉山~宮の森ジャンプ競技場

往復(4km)

#### 「オリンピック・デー」とは?

1894年6月23日に国際オリンピック委員会が創立されたことを記念して、毎年6月23日または 近くの週末に世界中で「オリンピック・デー」と題したイベントが開催されています。

講習会に参加希望の方は、裏面の【申込方法・参加に関する連絡】で詳細をご確認ください!!➡➡➡

■後援:札幌市、一般財団法人札幌市スポーツ協会

Coca Cold ■協賛: 〜北の大地とともに〜 北海道コカ・コーラボトリング株式会社





### 2025年度オリンピック・デー記念講習会

### ノルディックウォーキング入門編~講義と実技まるごとレッスン~

### 【申込方法・参加に関するご連絡】

#### 1. 申込方法 ※事前の申し込みが必要です。

▶札幌オリンピックミュージアム公式HPより、事前に応募申込をお願いします。 (※定員の40名に達し次第受付終了となります。)

▶定員:40名

▶費用:無料(※ただし、高校生以上の方は入館料が必要です。)

札幌オリンピックミュージアム 公式HP は右のQRコードから⇒



| 申込受付期間 | **5月17日**(±)~6月15日(日)

#### 2. 参加に関するご連絡

▶実施場所:①札幌オリンピックミュージアム1階ウィンタースポーツシアター
②大倉山~宮の森ジャンプ競技場往復

(※ミュージアムへのアクセス方法は紙面下部をご確認ください。)

- ▶受付場所:札幌オリンピックミュージアム1階ウィンタースポーツシアター
- ▶受付時間:9:30~10:00
- ▶ポール(ストック)は貸出無料。(※ご自分のポールでご参加も可能です。) 受付後、ウィンタースポーツシアター内でお貸し出しいたします。
- ▶レクリエーション参加者傷害保険に加入します。(費用は当館で負担します。)
- ▶動きやすい服装、靴(スニーカー)でお越しください。 飲み物、帽子、タオルや、当日の天候によりレインコートなどをご用意いただくようお願いします。
- ▶雨天時は一部内容を変更して実施いたします。小雨決行。
- ▶やむを得ず開催を中止する場合は、参加者へ前日までに電話連絡をさせていただきます。また、変更等がある場合は、ホームページでもお知らせしますので、併せてご確認ください。

■お問い合わせ先 札幌オリンピックミュージアム TEL:(011)641-8585 【担当:牧田・外山・山谷】



#### 000

### SAPP\_RO 札幌オリンピックミュージアム

〒064-0958 北海道札幌市中央区宮の森1274番地 TEL (011) 641-8585

#### ■交通案内■

地下鉄東西線「円山公園」駅下車後、円山バスターミナルから路線バス「くらまる号」に乗車し約15分、「大倉山ジャンプ競技場」到着。 ※バスの運行詳細はJR 北海道バスHP をご確認ください。

#### ■利用案内■

開館時間/9:00~18:00 入館料/大人670円、中学生以下無料駐車場/大型車15台、普通車113台収容(駐車料金は無料)

https://sapporo-olympicmuseum.jp

