



特定非営利活動法人 れっど★しゃっふる

Red★Shuffle

参加者
募集中！

Club Red's 定例会のお知らせ

ノルディック・ウォーキングを 楽しく続けよう！

気軽にずっと続けられるウォーキングで
からだも脳もいつまでも若々しく！

実施日時 毎週金曜日 10:30～12:00

※荒天、猛暑日は中止

実施場所 赤羽、滝野川、王子周辺（毎週変えて行います）

参加費 1,000円／1回

ポールレンタル料 別途500円／1回



対象 体験講習会参加者および新規参加希望者
ただし Club Red's(くらぶ れっず)会員であること

Club Red's入会につきましては、規約をご確認下さい

ご参考：入会金1,000円(1年間、保険料を含む)で、特典として
1,500円分の割引券がつきます
割引券は、れっど★しゃっふる規定の他の活動でも使用
できます



指導 藤井 直子 日本ノルディックウォーキング協会 インストラクター
日本ポールウォーキング協会 アドバンスコーチ
全日本ノルディック・ウォーク連盟 公認指導員

【お申し込み・お問い合わせ】 NPO法人れっど★しゃっふる

事務局 村上 Tel : 080-1338-0297

E-mail : murakami@red-s.net

主催 NPO法人れっど★しゃっふる URL:<http://www.red-s.net/>