

阿部雅司さんと

# ウォーキング & オリゴノール入り健康ランチ!

～歩いて食べて健康になろう～

**8.23 SUN 10:00 START [9:30 OPEN]**

場所：駅前交流プラザ「よろーな」 ※雨天中止・小雨決行

種目：ノルディックウォーキング or ウォーキング コース：街なか 2.5km or 5.0km

参加者：市民 50 人限定 ※小学生以下は保護者同伴 参加賞：OS-1ゼリー、なよろうタオル

参加料：① KINGBEAR 楊貴妃のチキン野菜スープカレー 1,500 円

② AOZORA 料理店 トマトとモッツアレラチーズのピザ 1,000 円

昼食会場：よろーな大会議室 ABC (参加料は当日お支払いください)

申込期日：**8.14 まで!**

※申込後のキャンセルは 8/21 (金) 12:00 まで。

※ランチはお持ち帰りも可能です。

※ウォーキングのみの参加はできません。

当イベントはソーシャル  
ディスタンスの確保など、  
新型コロナウイルス感染予  
防対策を実施して行います。

オリゴノールとは？

オリゴノールは、分子を小さくしたポリフェノール。体への吸収率が高く、血流改善・メタボ改善・美容効果・疲労回復効果が認められる機能性食品です。



初心者の方も講習があるので安心です。  
親子で！会社の同僚と！ぜひご参加ください！

雨天中止の場合はNスポーツコミッションホームページでお知らせします。必ずご確認ください。 <https://naysports.com>



申込方法

①電話 01654-2-2218 ②FAX 01654-2-2356 ③持参 ④web (右記QRコード) のいずれかの方法で Nスポーツコミッション (事務局：名寄市スポーツ合宿推進課 / 名寄市民文化センター内) までお申し込みください。



※開催内容に変更があった場合、ご連絡を差し上げる場合があります

申込代表者氏名：

電話番号：

(日中に連絡がつく番号)

	氏名	年齢	参加希望コース			ポールレンタル
			ランチ	コース	距離	
1			<input type="checkbox"/> KINGBEAR <input type="checkbox"/> AOZORA 料理店	<input type="checkbox"/> ノルディックウォーキング <input type="checkbox"/> ウォーキング	<input type="checkbox"/> 2.5 km <input type="checkbox"/> 5.0 km	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし
2			<input type="checkbox"/> KINGBEAR <input type="checkbox"/> AOZORA 料理店	<input type="checkbox"/> ノルディックウォーキング <input type="checkbox"/> ウォーキング	<input type="checkbox"/> 2.5 km <input type="checkbox"/> 5.0 km	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし
3			<input type="checkbox"/> KINGBEAR <input type="checkbox"/> AOZORA 料理店	<input type="checkbox"/> ノルディックウォーキング <input type="checkbox"/> ウォーキング	<input type="checkbox"/> 2.5 km <input type="checkbox"/> 5.0 km	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし