

～新池川ふれあい健康ウォーク事業～

ポートレース鳴門プレゼンツ
平成28年度WeLoveなるとまちづくり活動
応援補助金事業

24時間チャリティー ノルディックウォーク



日時：平成28年8月27日（土）19時
～8月28日（日）19時

場所：新池川周辺（鳴門警察署前広場）

新池川周辺遊歩道を24時間リレー形式でウォーキングする「24時間チャリティーノルディックウォーク」を開催します！

また、広場では、みなさんで楽しめる下記プログラムを開催いたします！ぜひ、お越しください。（※24時間チャリティーノルディックウォーク、カヌー体験以外無料）

～プログラム～

8/27（土）

- 18時～ オープニングイベント
新池川浄化活動（EMダンゴ投入）、キッズパフォーマンス
- 19時～ 「24時間チャリティーノルディックウォーク」開始
ボーイスカウト 子ども花火大会
炊き出し、ナイトハイク（～6時）



8/28（日）

- 6時～ いきいき百歳体操
- 7時～ 新池川周辺清掃活動
- 9時～ 「ノルディックウォーク」講習会
- 10時～ 徳島文理大学演舞 和太鼓
- 11時～ うたの広場「NKB」と観て聴いて覚える「第九」！♪
- 12時～ 新池川カヌー体験（※参加費必要）
- 16時～ 「ノルディックウォーク」講習会
- 17時半～ 鳴門第一中学校吹奏楽部 スペシャルコンサート
- 19時 「24時間チャリティーノルディックウォーク」終了
- 19時～ クロージングイベント
キッズパフォーマンス



主催 新池川をきれいにする会 共催 徳島文理大学
後援 （株）四国放送、徳島新聞社、小川病院、西條内科、堀整骨院、徳島県理学療法士会、
大津漁業協同組合、菊池産業（株）、理容ジャイ床、NARUTO総合型スポーツクラブ、
ボーイスカウト鳴門第9団、徳島トヨタ鳴門店、ハローズ鳴門店、徳島県EM普及協会、
芝商事、鳴門市、鳴門市社会福祉協議会、中央地区自治振興会・自主防災会

チャリティーノルディックウォーク参加申込書

24時間リレー形式で、新池川周辺遊歩道をウォーキングします。
1周は約2キロ、所要時間は30分程度です。
参加いただける方は、事前にご連絡ください。

※参加費 500円（保険代、かき氷・飲み物代）

参加者	連絡先	参加可能時間

★連絡先★ 新池川をきれいにする会 乾
TEL：090-3181-1402 FAX：088-685-1260

「ノルディックウォーキング」は、ポールを使うことで全身の筋肉をたくさん刺激するので、普通のウォーキングよりエネルギー消費量が増加するため、体力づくりや減量などに効果的です。また、上半身もしっかり使うことで、肩や首のコリの解消にも有効です。

「ノルディックウォーキング」で、みなさんと一緒に健康づくりをしてみませんか？
当日は、ノルディックウォーク講習会（無料）を開催いたします。講習会終了後、みなさんで新池川周辺をウォーキングします。ぜひ、お気軽にご参加ください！

ー臨時駐車場ののご案内ー

イベントに参加されるみなさまの
駐車場は、表記の場所を予定して
おります。
車でのご来場の際は、ご協力をよ
ろしくお願いいたします。

