



# たね坊

H27年9月10日

# HOT NEWS

## 大人の体験活動入門 ノルディックで健康ウォーク 川編



新井田川河川公園から新井田公園まで、ノルディックポールを使って歩きました



スタート地点でストレッチング



みんなでリズム良くウォーク



川沿いは良い景色です



折り返しの新井田公園で休憩



「こぶし」の観察中です



ゴール地点で歓談中

歩きながら参加者同士で話ができ、とても楽しかったという感想をいただきました。途中でアオサギやオシドリ、カワウなどの鳥たちも観察することができました。

