

春～秋
レンタル
のお知らせ

ポールウォーキング

お散歩感覚で気軽に楽しく体づくり



ウォーキングポールのレンタルを行っています

ポールウォーキングとは...日本のスポーツドクター提唱の歩行運動。正しい姿勢を保持し膝や腰への負担を軽減。脂肪燃焼効果にも期待でき手軽な健康づくりに人気です。

貸出 松代・松之山温泉観光案内所（十日町市松代3816-1道の駅内）

期間 2023年4月22日(土)～11月上旬予定

時間 9:00-17:00（16:00最終受付）

料金 1回300円（2～3時間程度）

その他 ガイドはつきません。城山ほかお好きな場所をご利用いただけます。歩きやすい恰好でお越しく下さい。

松代・松之山温泉観光案内所

電話：025-597-3442

詳細は
こちら

