

# 乗鞍岳 天空ウォーキング

夏



## 今話題のノルデックポールを使った高原ガイドウォーク

開通間もない初夏の乗鞍岳で、今話題のノルデックポールを使ったフィットネスウォーキングを体験してみませんか？  
澄み切った空気の中を、ガイドと一緒に巡る充実のウォーキングです。  
地元インストラクターが指導・ご案内します。  
お気軽にご参加ください！

日 時

平成 20 年 7 月 13 日 (日) AM10:00 ~

集合場所

乗鞍岳大雪渓から摩利支点岳へのガイドウォーク【14 時頃解散予定】

参加料

乗鞍高原観光センター駐車場 (9:30 までにお集まりください)

申込方法

一人 3,000 円 送迎代・ポールレンタル代・お弁当代含む (当日、受付でお支払いください)

申込締切

電話またはファックスにて下記までお申込ください。

募集定員

7 月 12 日 (土) 16 時まで

申込・問合せ先

50 名 (定員になり次第締め切りとさせていただきます)

乗鞍高原観光案内所 〒390-1513 松本市安曇鈴蘭

TEL 0263-93-2147 FAX 0263-93-2300

ご宿泊希望の方は案内所にてご紹介しております

その他

山岳道路の為悪天候の場合は中止となります。

(当日午前 7 時までに電話にて連絡します)

歩きやすい靴・服装でご参加ください。

(カメラ、タオル、帽子、防寒着等もご用意ください。)



### 歩くことが楽しくなる 魔法のポール

通常のウォーキングより足・膝・腰などへの負担が少なく、高い運動効果が！  
無理なく楽しく長い距離が歩けます。 歩行姿勢も驚くほど良くなります。  
ダイエットや健康づくりに最適 誰でも簡単に使えます。

ノルデックフィットネスウォーキング