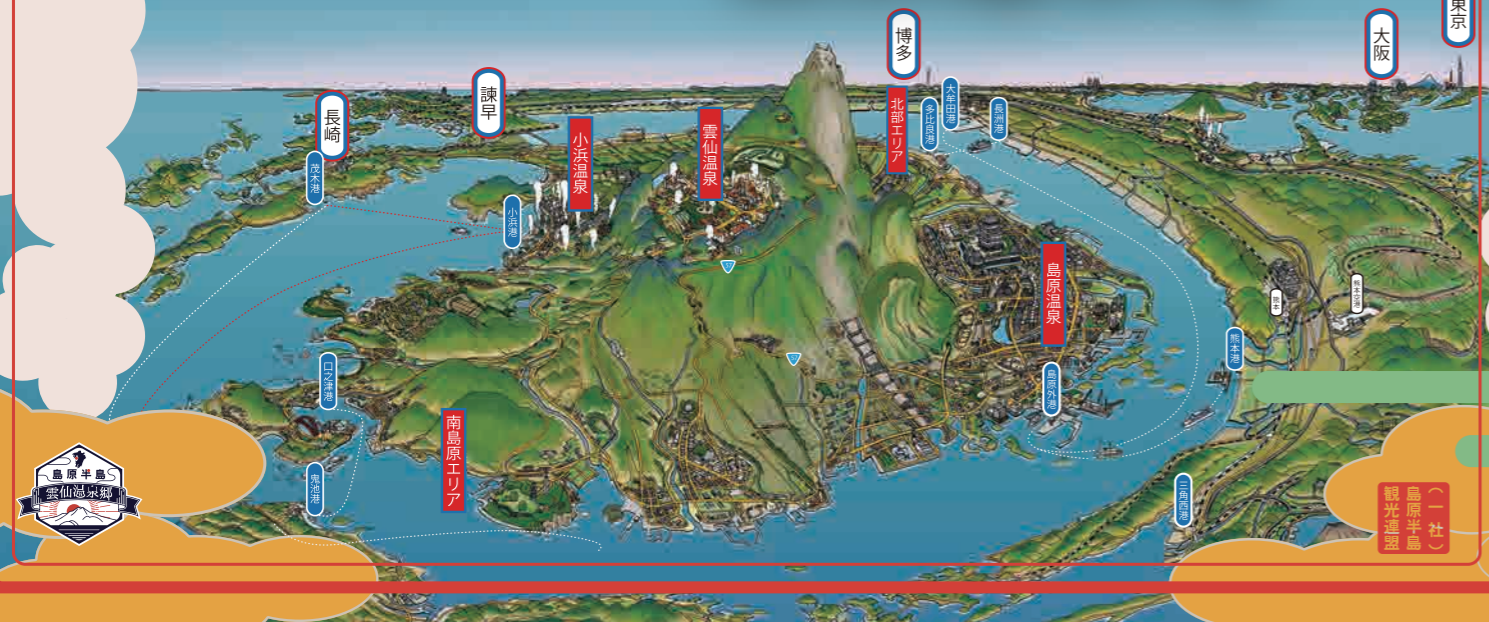


島原半島 雲仙温泉郷



雲仙温泉郷とは・・・

島原半島は、西から東へと続く、泉質の異なる3つの大きな温泉のほか、半島の南北にも温泉が湧くことから「温泉郷」として古くから親しまれてきました。

温泉群は半島中央に位置する雲仙火山最大の恵みであるとともに、「奇跡の温泉郷」とも言われています。それは何故か。シチュエーションだけではなく、温度や効能もそれぞれ違う多様な温泉を楽しむことができる国内でも珍しいエリアでありながら、地下では一つのマグマ溜まりで繋がっているからです。

美脚ポールウォーキングとは？

ポールウォーキングは、両手に2本の専用ポールを持つだけですぐに始められる運動です。ポールウォーキングは、専用ポールを持って歩くことで、正しい姿勢のまま歩幅を広げてバランスよく歩けるようになります。上半身も積極的に動かすことにより全身運動となり、運動効率もアップ。

さらに上半身と下半身がねじれあう回旋運動により、体脂肪燃焼とインナーマッスルが強化され、しなやかボディメイクも可能にした効率的な新しいウォーキングスタイルです。美脚効果も期待できます！

年齢を問わず誰でも楽しみながらできます。また、初心者の方も気軽にご参加いただけますよ！

自然と歴史に彩られたかな情緒あふれる島原半島でポールウォーキングを楽しみませんか？新たな発見の旅に出かけましょう。

インストラクター

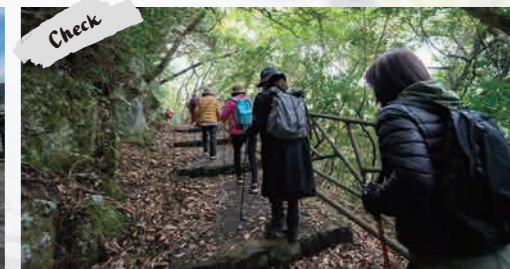
全日本ノルディックウォーク連盟認定のインストラクターが皆様にレクチャー致します。ポールの基本的な使い方や運動効率を最大限発揮できる歩き方を優しく教えてくれますので初心者の方でも楽しく歩くことができます。

ジオガイド

島原半島ユネスコ世界ジオパークの地質・地形や地域の自然・歴史・文化などについて詳しく知る専門のガイドが皆様に各ポイントをご説明します。



POINT インストラクターレクチャー



POINT ガイドを受けながらのウォーキング

↑ 美脚ポールウォーキング 申込書 FAX 0957-62-0680 ↑

ご希望のコースに✓をお願いします。

<input type="checkbox"/> 1月23日(日) 南島原コース	<input type="checkbox"/> 2月6日(日) 小浜コース	<input type="checkbox"/> 2月20日(日) 島原コース
--	--	---

氏名	住所	連絡先	性別
ふりがな ※代表者名 年齢	〒	電話・携帯電話 メール	男 女
ふりがな 年齢	〒	電話・携帯電話 メール	男 女
ふりがな 年齢	〒	電話・携帯電話 メール	男 女

当日の持ち物

- 運動のできる服装
- 運動靴
- 着替え
- タオル
- 飲み物

注意事項

- 体調の優れない方は、ご参加をお控え下さい。
- 小雨決行（雨具の用意をお願いします）
- 自然の中を歩きますので、各自必要な対策をお願い致します。
- お申込みはお電話又は上記申込書に必要事項をご記入の上、FAX又はメール、郵送にてお申込み下さい。
- 定員になり次第締め切らせて頂きますのでご了承下さい。

・・・コロナ感染防止への取り組み・・・



長崎県知事登録旅行業 第2-208号
旅行企画・実施

(一社) 島原半島観光連盟

総合旅行業務取扱管理者 中尾武志

(一社) 全国旅行業協会 正会員

島原市平成町1-1(がまだすドーム内)



お申込み先 **☎ 0957-62-0655** 受付時間 8:30-17:00 (平日のみ)

お問合せ **FAX 0957-62-0680** **✉ taiken@shimakanren.com**

お支払方法

イベント当日に現地にて
現金でのお支払いとなります。

お申し込み方法(旅行条件のご案内)※抜粋 ※詳細は別途お渡しする旅行条件書をお読み下さい。
1. 旅行代金に含まれないもの：個人的な飲食代、通信費、行程表に記載された以外の食事、飲料、入場料など。
2. 免責事項：旅行中の各及び見物品に付した損害が、次の理由による場合は責任を負いません。(イ) 運送期間の事故若しくは火災又はこれらの為生ずる旅行日程の変更若しくは中止。(ロ) 官公署の命令(イ) 自由行動中の事故(ニ) 食中毒(ホ) 運送機関の遅延、不通、又はこれらによって生ずる旅行日程の変更若しくは目的地滞り期間の短縮。
3. その他、別途お渡しする書面や当社旅行業務約款(募集型企画旅行契約の部)により、取り扱いたします。