

ストック使い  
東郷池周辺歩く  
ノルディックウォーク  
「初めてのノルディ

美しい景観を楽しみながら歩く参加者



ックウォーク鳥取・湯  
梨浜大会」(NPO法  
人未来など主催)が14  
日、湯梨浜町の東郷池  
周辺で開かれた。約2  
00人が参加し、ノル  
ディックウォーク専用  
のストックを握り、池  
沿いの美しい景観を楽  
しみながら歩いた。  
ノルディックウォー

クは、ストックを使っ  
て歩くことで全身運動  
ができる。

同大会は、県が進め  
る「ウォーキング立県  
とっとり」の「19のま  
ちを歩こう」認定大会  
の一つ。参加者は、J  
NWAノルディックウ  
ォークインストラクタ  
ーの指導を受け、同池  
周辺を歩く5キロと、同  
池の間を1周する風  
光明媚な12キロのコース  
を2班に分かれて歩い  
た。

参加者は、歩き終え  
ると、ゴールに用意さ

れたしじみ汁に舌鼓を  
打ち、歩き終えた感想  
などを話し合っていた。

(八幡祥代)