

チャレンジ!

平岡公園で「歩くスキー」



平岡公園内に、歩くスキーコースが設置されているのをご存じですか。起伏が少なく、一周約1.5kmと距離も短めで、初心者にも無理なく楽しめるコースです。

歩くスキーを始めたいけれど一人では・・・という方、一緒に滑る仲間が欲しい方、冬期間の運動不足を解消したい方、平岡公園で心地よい汗を流しましょう。

初心者でも楽しめますか？



平岡公園の歩くスキーコースは、初心者向けに設けられたコースで、どなたでも気軽に楽しめます。

それでも不安な方は、保健センターが主催する「歩くスキー初心者教室」に参加して、一度、歩くスキーを体験してはいかがでしょうか。同教室では、スキーや靴などをお持ちでない方に、用具の貸し出しもします。詳しくは、区民のページ5ページをご覧ください。

どんな用意が必要ですか？



スキー板・靴・ストック・金具など、歩くスキー専用の用具は、スポーツ用品店などで扱っており、2万円程度から揃えることができます。購入の際は、お店の人にアドバイスを受けると良いでしょう。また、服装は、天候や気温により脱着が容易なものを選び、特に、ズボンはひざの曲げ伸ばしがしやすいものにしましょう。このほか、帽子、手袋もお忘れなく。

平岡公園 歩くスキーコース 見取り図



所在地 平岡公園 (道央自動車道東側運動公園内)。
開設期間 3月16日(日)まで (予定)。
開放時間 午前9時～午後5時。
用具貸し出し ありません。
駐車場 運動公園東側駐車場のみ開放 (20台程度)。上記開放時間帯以外の利用は不可。
問い合わせ 地域保健課 ☎889-2400 (内線522)