



ノルディック

ウォーキング通信

No.106 2020年 1-3月



常設ウォーク の集合場所。祝日/休み

～熊取エリア～

●毎月 10時10分～11時45分
熊取町役場前（無料駐車場有）
巡回バス10:06着利用可

●毎月（木）13時半～14時半
ひまわりドーム内（無料駐車場有）
雨天時もドーム内ランニングコースで開催します。

●第1.3（金）15時～17時
ニュータウン中央公園

～泉佐野エリア～

●毎月（金）10時半～12時
いこらも～る泉佐野 1階催事場そば

～岸和田エリア～

●毎月（月）10時半～11時半
岸和田中央公園（有料駐車場あり）

●毎月（水）（第1休み）14時～15時
オークワ真上店

～堺・高石エリア～

●毎月（月）10時～11時半
南海本線高石駅東口（駐車場なし）

●毎月（金）10時～12時
浜寺公園噴水前（有料駐車場あり）

～岬町エリア～

●毎月第2土曜日10:30～
道の駅「みさき」集合（駐車場あり）

～和歌山エリア～

●第4（火）13時～15時
和歌山市内（駐車場あり）要申し込み
（有）河西メディカルサービス 担当：下垣内
TEL: 073-453-7454（代）

ウォーキングへのお申し込みはコチラ
～すべての人にノルディック・ウォークを～
大阪府ノルディック・ウォーク連盟
南大阪支部

TEL 090-6378-9622 事務局
（折り返しお電話いたします）

Email info@nw-southosaka.com
http://www.nw-southosaka.com

全てのウォークで
体験受付中。
体験費 500円
レンタルポール
無料をご用意します。
（要予約）

予定を変更する場合があります。
体験や参加のお申し込みは
下記事務局まで
メールか電話で
ご希望日の連絡を
お願いいたします。

★ウォーキング携行品★

ポール 帽子 タオル 飲み物 雨具 保険証 履き慣れた靴
その他必要なもの（会員名札持参で支部のどこの会場もウォーキング）

★体験してみませんか★

全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員がおひとりから
50人程のグループに対応致します。その他、健康教室や地域
イベントの開催等も指導員の派遣を承ります。
（指導員派遣費用等は、お問い合わせください）
お気軽に南大阪支部事務局までご相談ください。

★常設ウォーク中止の判断基準

午前中の常設ウォークは、
当日朝7時前NHK天気予報の和歌山北部地域に
降水確率70%以上 または
何らかの警報が出ている場合ウォーキングを中止します。

イベント・定例ウォーク

初春の京都で梅を愛でる バス企画

3月2日（月）参加費7,000円
バス代、昼食代、入館料、保険代込み
出発：7時30分から順次（予定）

熊取町公民館前駐車場

南海岸和田駅前ダイキチうどん前

★城南宮（枝垂れ梅）

隋心院（はねずの梅）

よ志のやで昼食後松尾大社から渡月橋へ

岸和田城下町ウォーク

3月22日（日）10時スタート
大阪府連リーグウォーク

南大阪支部スポンサーの皆さまです。

（一社）全日本ノルディック・ウォーク連盟公認ポールメーカー

(株)キザキ	羽立工業(株)	ノルディック・ウォークの「クローバー」	おがさき眼科クリニック	くまどり びきわい観光協会 TEL.072-452-6085
(株)シナノ	SWIXスポーツジャパン(株)	船立パン ベイクショップ イテヤ 熊取町小坂内2丁目41-5 072-453-0055	梅の心でまごころ養護	木本内科 熊取町和南 1-1-15 072-453-3306
(株)リーフル	ダンロップスポーツ(株)	株式会社 ユニクス 〒640-0292 和歌山県和歌山市 072-452-1541	メガワールド 熊取店 熊取町大坂東 1丁目3-2 072-452-7766	TACHIBANA 橋織物株式会社 橋織物製造 072-452-1541代 熊取町大坂 3-920-1

熊取店 熊取町大坂北3-341-1 TEL.072-452-9810
 キッチン「見える」UAC店舗 TEL.072-460-1234
 和歌山駅前「だんらん」UAC店舗 TEL.072-460-1231
 泉佐野市りんくう往来北1条地りんくうグートタワービル25F
 (株)コフプラザ 熊取店 TEL.072-452-9810

株情報都市
072-464-3005
1595-0031 泉佐野市上辺野 910-1

朝ポカリ
暑さ・寒さ・乾燥に負けない身体が求めています。

まもる診療所
内科 外科 小児科 皮膚科 泌尿科 産婦人科
072-453-2821
熊取町新緑が丘3-7-14

ニチバン

EPICHAIRS
WAKANOURA NATURE RESORT

あなたの「なりたい」をかなえるコンディショニングジム
元千原ロッテマリンスコンディショニングコーチ立花麻理子プロデュース
〒640-0292 和歌山県和歌山市 熊取町 072-452-9543
TEL.072-452-9543
7900-0412 泉佐野市泉佐野2-21-17

いこらも～る泉佐野
https://www.icora.jp/

南海本線 井原里駅から 徒歩5分
☎072-469-1147

