



ウォーキング通信

No.32 2013年 8月上旬

2013年 8月 August 葉月

日	月	火	水	木	金	土
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

シンポジウム

8/31(土)シンポジウム 13時～煉瓦館にて
ただいま受付開始中 裏面をごらんください。

要申込
○

月日	時間	内容	集合場所	申込
毎木曜	13～14時	ミニウォーク 8/15休	ひまわりドーム	/
第2土曜	10～11時半	西鳥取ウォーク 8月休	西鳥取公民館	○
第2土曜	10時半～12	元気広場(小学生)	煉瓦館	/

2013年 9月 September 長月

日	月	火	水	木	金	土
			Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

JA横山体験会 泉南市保健センター

月	日	時間・集合場所	内容	申込
8	31	13時半～16時半 熊取町煉瓦館 コットンホール	「ノルディックで健康になろう」 基調講演 立花龍司氏 シンポジウム 「ウォーキングで健康になろう」	○
9	14	10～11時半 西鳥取公民館	波太神社 夏の自主ウォーク終了です♪	○
9	21	7～20時 熊取町公民館前	岡山吉井川コスモス街道ウォーク コスモスの中をウォーキングして マスカット狩り込 7700円	○
9	28	7時発 翌18時着 熊取町公民館前	ひるがの高原ウォーク 1泊2日2食付き二日目弁当付き バス代大会参加費込 20000円	○

(8～9月の定例ウォークはお休み。)

☆ウォーキング携行品☆

～お忘れなく～

ポール 名札 履き慣れた靴
帽子 飲み物 タオル 雨具
その他必要なもの

～ウォーキング通通常設場所～

ひまわりドーム、熊取図書館
煉瓦館、熊取駅下にぎわい館、
西鳥取公民館。

予定のメール配信を希望の方は
下記事務局までメールください。



9/14(土) 波太神社

織田信長の信仰も厚かった神社として知られています。歴史のながれの中で二度の焼き討ちを経験し、寛永15年再建が完了しました。本殿・拝殿共に国の重要文化財に指定されています。

★ウォーキング中止の判断基準

当日、朝7時前NHK天気予報の和歌山北部に
降水確率70%以上 何らかの警報 が出ている。

会員限定

☆ウォーキンググッズ販売開始☆

★会員の皆さんへ

ポールや小物・靴等を定価の2割引きにて
支部で注文をお受けします。対象メーカーは
キザキ、ハタチ、シナノ、コンパーデル、SWIX、
サンクフルハート 他。

★体験&受講★ 共通

指導料：500円 レンタルポール付き
全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員が
対応致します。お試し、個人体験・グループ体験
なども受け付けています。

大阪府ノルディック・ウォーク連盟

南大阪支部 (ノルディック・ウォークの会)

TEL 090-6378-9622

Email nw-kumatori@ezweb.ne.jp

http://www.nw-southosaka.com

