



ノルディック

# ウォーキング通信

No.37

2014年1月上旬発行

要申込

2014年 1月 January 睦月

日 月 火 水 木 金 土  
Sun Mon Tue Wed Thu Fri Sat

JAいずみの体験会	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
JA八木支店体験会	29	30	31			

くまとりsanpo〜こびりの日〜参加

2014年 2月 February 如月

日 月 火 水 木 金 土  
Sun Mon Tue Wed Thu Fri Sat

関西医療大学にてルディック教室	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

### ★ウォーキング携行品★

～お忘れなく～

- ポール 名札 帽子
- 履き慣れた靴 飲み物
- タオル 雨具
- その他必要なもの

～ウォーキング通信常設場所～

熊取駅下にぎわい館、ひまわりドーム、熊取図書館、煉瓦館、西鳥取公民館。

今月のウォーキング予定をメール配信希望の方は下記事務局までメールください。

### ★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。

月日	時間	内容	集合場所	申込
毎木曜	13～14時	ミニウォーク	ひまわりドーム	/
毎月曜	10時半～12	歩歩	岸和田市女性センター	/
第2土曜	10時半～12	元気広場(小学生)	煉瓦館	/

月	日	時間・集合場所	内容	申込
1	11	10～13時 ひまわりドーム	新春ウォーク 水間寺へ	○
1	11	10～12時 阪南市立体育館第2駐車場向公園	西鳥取ウォーク 波多神社へ	○
1	18	9時半～14時半 熊取煉瓦館集合	くまとりsanpoこびりの日 参加 町内の和洋菓子パン屋さんを巡る	○
2	8	10～12時 阪南市立体育館第2駐車場向公園	西鳥取ウォーク	○
2	9	10～12時 関西医療大学	医療大キャンパスを歩こう。 広報くまとり1月号掲載	○
2	15	10～12時 JR和泉砂川駅海側	エンジョイウォーク 金熊寺梅林・信達神社	○

## 1/18(土) くまとりsanpoこびりの日に参加しよう♪

チケットは当日2000円で販売。なしでも通常商品を購入可。町内和洋菓子店ベーカリー店を全店廻ると距離はおよそ10km。途中離脱、途中参入についてはご相談ください。

- 2/9(日) ノルディック・ウォーク教室を 関西医療大学にて開催。只今参加申込受付中。
- 3/1 大阪体育大学での体験会も予定しています。

### ★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。

下記事務局まで日程等ご相談ください。

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

