



ノルディック

ウォーキング通信

No.39

2014年3月上旬発行

要申込

2014年 **3**月 March 弥生日 月 火 水 木 金 土
Sun Mon Tue Wed Thu Fri Sat

大阪体育大学にて体験会

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 29

30 31

★お知らせ★

4月から定期的なウォーキング等開催日の変更されるものがあります。今月掲載以外の日程に関しては4月発行のウォーキング通信にてご確認くださいませようよろしくお願いいたします。

(ホームページには4月初にアップいたします。)

★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	/
毎水曜	13時半～15	歩歩	土生中学横公園	/
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
3	1	10時半～12時	定例ウォーク 大阪体育大学体験会	○
		13～14時半	大阪体育大学内陸上競技グラウンド	
3	8	10～12時	西鳥取ウォーク	○
			阪南市立体育館第2駐車場向公園	
3	15	10～12時	エンジョイウォーク	○
		愛彩ランド 駐車場	蜻蛉池公園	
4	5	10時～12時	お花見ウォーク	○
		ひまわりドーム	永楽ダム	
		13時半～15時	総会	○
4	13	8～17時半	公募 バス企画	○
			熊取町公民館前駐車場集合 奈良 山の辺の道	

26年度会員(継続)スポーツ安全保険 受付中。
各ウォーキング時に封筒に入れてご持参いただくか事務局へ連絡後 郵貯へ振込をお願いします。

4/13(日) 奈良 山の辺の道ウォーク

午前8時熊取町公民館前駐車場を出発します。

参加費 6000円(レンタルポール別途500円)

定員になり次第受付を終了させていただきます。

★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

