



ノルディック

ウォーキング通信

No.48

2014年12月上旬発行

要申込



2014年 **12**月 December 師走

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			

2015年 **1**月 January 睦月

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

月日	時間	内容	申込
毎月	10時半~12	岸和田市女性センター中央公園ウォーク (祝休)	/
2.4火	14時~16	岸和田市土生町会館ウォーク	/
毎水	13時半~15	岸和田市土生中島池ウォーク (第1水休み)	/
毎木	13~14時	熊取町ひまわりドーム ミニウォーク	/
毎金	9時~10時半	岸和田市春木弥栄神社ウォーク お休み	/
毎金	15時~	熊取町自由が丘ウォーク 12/12お休み	/
最終月	15時半~17	熊取駅周辺ウォーク 12/22	○
第1土	10時半~12	ひまわりドーム前にて元気広場(小学生)	注

月日	時間・集合場所	「内容」	申込
12/13	9時半~最長16時	「南大阪ノルディック・ウォーク大会」	注
12/14		メイン会場：熊取町ひまわりドーム前芝生広場	
1/10	10時~12時	「新春ウォーク」	○
	熊取町煉瓦館	大森神社	
1/17	9時~16時	「スイーツ・ウォーク」	注
	出発：煉瓦館9時、JR熊取駅11時、ドーム13時半		

★ウォーキング携行品★

~お忘れなく~

ポール 名札 帽子 タオル 雨具
履き慣れた靴 飲み物
その他必要なもの

★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。

お知らせ

★体験してみませんか★

指導料：1回500円 レンタルポール付きです。
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(グループもOK)対応いたします。
下記事務局まで日程等ご相談ください。

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
注文をお受けしています。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。



① 南大阪ノルディック・ウォーク大会

12月13・14日(土・日)9時半~
ひまわりドーム芝生広場

参加費 1500円(参加賞、保険代等込)
レンタルポール500円/日

前日まで電話でのみお申込みいただけます。

② スイーツ・ウォーク1月17日(土)

観光協会のチケットを持ってお店巡りしましょう。



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

Email nw-kumatori@ezweb.ne.jp

http://www.nw-southosaka.com

