



ノルディック

ウォーキング通信

No.66

2016年6月上

要申込

○

定期ウォーク開催日

～熊取町エリア～

●毎(木) 13時～14時 雨天時も開催

ひまわりドーム(無料駐車場有)

●毎(金) 16時～17時半

自由が丘運動公園(無料駐車場有)

●毎(火) 16時～17時半

タチリュウコンディショニングジム

(店舗駐車場奥スペース利用可)

●第1(土) 10時半～12時

小学生対象元気広場 ひまわりドーム

～泉佐野エリア～

●いこらも～る泉佐野 11～12時

～岸和田市エリア～

●毎(月) 10時半～12時前

中央公園女性センター(無料駐車場有)

●毎(水)(第1休み) 13時半～15時

土生中島池防災公園(駐車場なし)

●第2・4(火) 14時～15時半

土生町会館(施設駐車場利用可)

○毎(金) 9時～春木弥栄神社(お休み中)

～堺エリア～

●第2(日)・第4(金) 12時半～15時

浜寺公園噴水前(有料駐車場有)



☆ウォーキング携行品☆ ポール♪

名札 帽子 タオル 飲み物 保険証

履き慣れた靴 雨具 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

和歌山北部に降水確率70%以上

または 何らかの警報が出ている!

★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)

全日本ノルディック・ウォーク連盟

公認指導員が、おひとり様から

50人程のグループまで対応いたします。

事務局までご相談ください。

大阪府ノルディック・ウォーク連盟南大阪支部

TEL 090-6378-9622 事務局

Email info@nw-southosaka.com

http://www.nw-southosaka.com



月日	定例ウォーク 時間・集合場所	申込
6/5	淀川ウォーク 約6km(4km弱可) 弁当持参 (日) 10時 JR大阪駅改札南口 前集合 9:09JR熊取駅発関空快速乗車 15:30現地解散	○
6/19	関西医療大学ノルディック・ウォーク教室 (日) 19時～ 関西医療大学人工芝グラウンド夜間照明あり	○
7/9	りんくうタ暮れウォーク ビアガーデンへ行こう♪ (土) 16時45分 りんくうタウン駅 旧天牛書店側通路集合	○
7/25	阪南ウォーク (日) 10時 JR阪和線和泉鳥取駅集合	○



熊取町役場ウォークがスタートします♪

毎週月曜日、10時45分役場前集合。

5kmと3kmのコースを準備していますので

お気軽にご参加ください。初心者の方も大歓迎です。

町内循環バス自然公園方面と七山方面の10:31着が便利です。

いこらも～る泉佐野 ウォーキング開始♪

中央特設会場にて「緑色の体験会の旗」を立てています。

10時～13時の間で無料お試し会

11時～12時で会員の皆様には

いこらも～る周辺ウォークをお楽しみいただけます。

6月10(金) 19(日)

7月8.15.22.29(金) 18(月祝)開催します。

6月19日(日) ナイトウォーク

関西医療大学 ノルディック・ウォーク教室 開催

参加料 おひとり500円(レンタルポール 保険込)

2016年 6月 June 水無月

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

2016年 7月 July 文月

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

			1	2	3	4					1	2	
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23
26	27	28	29	30	.	.	24	25	26	27	28	29	30