



ノルディック

ウォーキング通信

No.71 2016年11月

要申込



常設ウォーク開催日 祝日はお休み

～熊取町エリア～

●毎月(月) 9時50分～11時(祝日休み)
役場(無料駐車場有)巡回バス9:48着利用可

●毎月(火) 15時～16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)

●毎月(木) 13時～14時 雨天時も開催
ひまわりドーム(無料駐車場有)

●毎月(金) 15時～16時半
自由が丘運動公園(無料駐車場有)

11/18(金)はお休みいただきます。

●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～

●毎月(金) 10時半～12時
いこらも～る泉佐野 1階催事場そば

～岸和田市エリア～

●毎月(月) 10時半～12時前(祝日休み)
中央公園女性センター(無料駐車場有)

●毎月(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(無料駐車場有)

●(金) 春木弥栄神社準備中

～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)

月日	定例ウォーク 時間・集合場所	申込
11/6 (日)	高石泉大津健幸ウォーク 約4km 南海本線高石駅東口 10時集合	○
11/27 (日)	まほろば2Dayウォークと談山神社 熊取町体育協会主催「秋の歩こう会」 熊取町公民館駐車場前7時30分出発	○
12/17 (土)	寺内町ウォーク 近鉄阿倍野駅9時集合予定	○

★予定を変更する場合があります。参加の場合は下記事務局まで確認願います。



ひまわりドーム20周年イベント♪

11月23日(祝)

熊取町総合体育館ひまわりドームの20周年記念イベントにノルディック・ウォークの無料体験ができるコーナーが設置されます。ちょっとさわってみたいけどなあという方、まずはやってみようという方、どうぞお試しにいらしてくださいね。

こども広場でミニ体験コーナーを開きます

11月26日(土)

熊取町煉瓦館で開催されるこども広場2016に於いて開催

今年もやります

cobiriスイーツウォーク

1月29日(日)

熊取にぎわい観光協会cobiriの日のイベントに合わせて恒例になりましたスイーツウォークを開催します。

一気集中型は熊取駅周辺の午前中コース

スイーツ量に見合ったウォーキングを目指す午後コース

全部巡って甘いもん匠として歩破(?)する1日コース

…cobiriチケットを手に入れて甘い誘惑に浸りましょう♪

★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
おひとりから50人程のグループに対応致します。
他、健康教室や地域イベントの開催等も
下記事務局までお気軽にご相談ください。

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



2016年 11月 November 霜月

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	.	.	.

2016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