



ウォーキング通信

No.76

2017年 4月



常設ウォーク 祝日:休み 体験費500円
今月から集合場所を掲載します。

～熊取エリア～

- 毎(月) 9時50分～11時
役場(無料駐車場有) 巡回バス9:48着利用可
- 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) 15時～16時半 **4/21休み**
ニュータウン中央公園(無料駐車場有)
- タチリュウコンディショニングジム 経由
- 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(金) 10時半～12時 **4/21休み**
いこらも～る泉佐野 1階催事場そば

～岸和田エリア～

- 毎(月) 10時半～12時前
女性センター(無料駐車場有)
- 毎(水) (第1休み) 14時～15時半
土生町会館(駐車場有)
- 第1・2(金) 10時～11時半
春木弥栄神社(無料駐車場有)

～堺・高石エリア～

- 毎(月) 10時～12時
南海本線高石駅東口(駐車場なし)
- 毎(金) 10時～12時 **4/21休み**
浜寺公園噴水前(有料駐車場有)

～和歌山エリア～

- 月1(火) 13時～15時
和歌山市内(駐車場有) 要申し込み
(有)河西メディカルサービス 担当:下垣内
TEL:073-453-7454(代)

★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

午前中ウォークは、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場合中止します。

★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。その他、
健康教室や地域イベントの開催等も指導員の派遣を承ります。
お気軽に南大阪支部事務局までご相談ください。



南大阪ウォーク大会

～申し込み期限迫る! 4月14日まで

ことしも南大阪ウォーク大会の開催月がやってまいりました。
温かなおもてなしができるよう準備をしております。
皆さんのお申し込みをお待ちしています♪



ノルディック・ウォークフェスタ大阪 開催 大阪中之島を主会場に

全日本ノルディックウォーク連盟が贈るイベントです。
JR熊取駅、東岸和田駅、南海本線岸和田駅から
バスで楽にご参加いただけるよう準備しています。
(会員価格と一般価格について事務局までお問い合わせください)

月日	定例ウォーク等 時間・集合場所	申込
4/8	支部総会とお花見ウォーク (土) ひまわりドーム 総会9時半開始	○
22-23	南大阪ウォーク大会 (土日) 両日 9:45出発	○
5/14	ビーチノルディック プレイメント (日) せんなん里海公園 10時開始	○
5/21	ノルディック・ウォークフェスタ (日) 大阪中之島 9:45開会式	○
5/28	関西医療大学ノルディック・ウォーク教室 (日) 関西医療大学体育館前 10時開始	○

★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。

2017年 4月 April ☆ 卯月							2017年 5月 May ♀ 皀月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
						1		1	2	3	4	5	6
2	3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12	13
9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20
16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27
23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31	.	.	.

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
(折り返しお電話いたします。)
Email info@nw-southosaka.com
http://www.nw-southosaka.com

