



ウォーキング通信

No.89

2018年5月



常設ウォーク 祝日:休み 体験費500円
下記は集合場所を掲載しています。

～熊取エリア～

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

●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
※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

月日	定例ウォーク等 時間・集合場所	申込
5/12 (土)	海風館ウォーク 10km 午前10時 長松海岸をめざそう♪	○
5/27 (日)	関西医療大学ノルディック・ウォーク教室 午前10時 煉瓦館	
6/10 (日)	関西医療大学ノルディック・ウォーク教室 午前10時 煉瓦館	○
6/23 (土)	浜寺バラウォーク 午前10時 浜寺公園噴水前集合	○

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。

～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



●大阪フェスタ 5月20日(日) 9:45～
中之島から大川沿いを大阪城公園天守閣まで
ノルディック・ウォークで歩きましょう。
事前申し込み1500円(当日2000円)
10km、6km、のコースがあります。
体験希望の方には指導付きウォークもあります。



～岸和田エリア～

●毎月(月) 10時半～12時前
※女性センター (無料駐車場有)

●毎月(水) (第1休み) 10時～11時半
※土生町会館 (無料駐車場有)

●第1・3(金) 10時～11時半
※春木弥栄神社 (無料駐車場有) 祝日開催

★イベント・定例ウォーク★

中止・実施の判断は決定次第
メール等でお知らせしますの
で

★ウォーキング携行品★

ポール 名札 帽子 タオル 飲み物 雨具
保険証 履き慣れた靴 その他必要なもの

★体験してみませんか★

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。
(指導料おひとりにつき500円、
指導員派遣費は場合により異なります、
交通費は概ね実費でお願いしています。)
お気軽に南大阪支部事務局まで
ご相談ください。

2018年 5月 May 傘月

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			

2018年 6月 June 水無月

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

～堺・高石エリア～

●毎月(月) 10時～11時半
南海本線高石駅東口(駐車場なし)

●毎月(金) 10時～12時
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)

★常設ウォーク中止の判断基準

午前中の常設ウォークは、
当日朝7時前NHK天気予報の和歌山北部地域に
降水確率70%以上 または
何らかの警報が出ている場合ウォーキングを中止します
(※の会場以外は中止・実施の連絡を致しません。)

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

