



ノルディック

ウォーキング通信

No.125
7-9月



常設ウォーク 受付開始時間。祝日/休み
★健康を願う ウォーキング習慣のために

～岸和田エリア～

- 毎(月) 9時半～11時 ※8/13お休み
- 岸和田中央公園 (有料駐車場あり)
- 開催時間帯の現地が雨天の場合中止

～熊取エリア～

- 毎(木) 10時～11時半
- 煉瓦館前歴史公園 (無料駐車場有)
- 雨天お休み
- ※8月中、全日お休みをいたします。

～泉佐野エリア

- 毎(金) 10時～12時
- いこらも～る泉佐野 ビジョンめがね前
- ※周辺ウォーク10時30分～12時
- 小雨決行
- (建屋内ウォークあり)

～泉北エリア～

- 第3(土) 10時～11時半 大蓮公園
- 泉北高速泉が丘駅ビッグアイ前広場
- 小雨決行
- (参加はご本人の判断でご検討ください)

～和歌山エリア～

- 第4(火) 13時～15時
- 和歌山市内 (駐車場あり) 要申し込み
- おひとり800円(レンタルポール付)
- (有)河西メディカルサービス 担当: 廣谷
- TEL: 073-453-7454(代)

★会員名札持参で
どの常設会場もウォーキングできます。

★ウォーキング携行品★

ボール 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

★常設ウォーク中止の判断基準

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。

全ての常設ウォークで
体験受付中。
体験費 500円
レンタルポール無料
(要予約)
あなたに合ったポール
を探すことから始めて
みましょう。

予定を変更する場合
があります。
体験や参加の申し込み
は下記事務局まで
メールか電話で
希望日程の連絡を
お願いします。

★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。
(指導員派遣費用等は、お問い合わせ願います。)
お気軽に南大阪支部事務局までご相談ください。

●イベント・定例ウォーク

●浜寺公園ウォーク

9月30日(土) 10時受付開始
浜寺公園内を
のんびり歩いてみましょう。
まだまだ暑い日でしょうが
松林の中を気持ちよく風が
通っていきます。
ミニ列車とすれ違えるかな♪
ボートは練習してるかな♪
南海本線浜寺公園駅下車
信号を渡って公園に入ると
集合場所の噴水はすぐそこです。

ウォーキング等
お問い合わせ
お申し込みは
こちらまで

～すべての人にノルディック・ウォークを～
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

大阪府ノルディック・ウォーク連盟南大阪支部とその活動を支援くださるスポンサーの皆さまです。

(一社)全日本ノルディック・ウォーク連盟公認ポールメーカー

KIZAKI (株)キザキ

HATACHI 羽立工業(株)

SINANO (株)シナノ

SWIX SWIXスポーツジャパン(株)

KD Pole Walker (株)リーフル

ダンロップスポーツ(株)

青木松風庵

本家 **さめぎや** 熊取店
和歌山県和歌山市住吉1-341-1
TEL. 072-452-8910

キッチン「まる」UACビル
TEL. 072-460-1234

和歌山駅前「だんらん」UACビル
TEL. 072-460-1231

和歌山駅前「くまもと」UACビル
TEL. 072-460-1232

和歌山駅前「アットホーム」UACビル
TEL. 072-460-1233

株情報都市
072-464-3005

坂口クリニック
きき眼科クリニック

メカネワールド
072-452-7766

berangkat

ニチバン

朝ポカリ

あなたの「なりたい」をかなえるコンディショニングジム
元千葉ロッテマリーンズコンディショニングコーチ立花隆司プロデュース
072-452-9543

安全で豊かな未来をつくります。
NFI 原子燃料工業(株)
〒590-0481 大阪府泉南郡熊取町朝代西 1-950
TEL. 072-452-3901

いこらも～る泉佐野
https://www.icora.jp/

南海本線
井原駅
徒歩5分
072-469-1147

