



ノルディック

ウォーキング通信

No.123
1-3月



常設ウォーク 集合場所。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) 10時～11時半
岸和田中央公園 (有料駐車場あり)

～熊取エリア～
●毎(木) 10時半～12時
煉瓦館前歴史公園 (無料駐車場有)

～泉佐野エリア
●毎(金) 10時～12時半
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～

～泉北エリア～
●第3(土) 10時～12時 (大蓮公園)
泉北高速泉が丘駅ビッグアイ前広場

～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★
ポール 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

●新春ウォーク
日根神社へ行こう

1月15日(日) 10時
集合解散 平松診療所 (駐車場有)

●大阪府連フェスタ

2月19日(日) 大阪城公園

●支部総会と
お花見ウォーク

3月26日(日)

～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

- RYZOR (株)キザキ
- HATACHI 羽立工業(株)
- SINANO (株)シナノ
- 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)



<p>キチナーズ Kitcher-Bar</p> <p>TEL: 072-460-1234</p>	<p>株情報都市</p> <p>TEL: 072-464-3005</p>	<p>千住屋</p> <p>TEL: 072-452-3024</p>	<p>ベランカト</p> <p>TEL: 072-452-6085</p>	<p>メガネワールド</p> <p>TEL: 072-452-7786</p>
<p>ニチパン</p>	<p>朝ポカリ</p>	<p>あなたの「なりたい」をかえるコンディショニングジム</p> <p>TEL: 072-452-9543</p>		
<p>安全で豊かな未来をつくります。</p> <p>NFI 原子燃料工業(株)</p> <p>TEL: 072-452-3901</p>	<p>いこらも～る泉佐野</p> <p>南海本線 井原里駅から徒歩5分</p> <p>TEL: 072-469-1147</p>			

