



ノルディック

# ウォーキング通信

No.126  
10-12月



## 常設ウォーク

下記は受付場所と時間です。(祝日/休み)

### ～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)
- 開催時間帯の現地が雨天の場合中止

### ～熊取エリア～

- 毎(木) 9時45分～11時半
- 煉瓦館前歴史公園(無料駐車場有)
- 雨天お休み

### ～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
- 泉北高速泉ヶ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

### ●1DAYウォーク

10月15日(日) 9時30分  
タチリュウコンディショニングジム  
をスタート 5km3km

### ●GAOウォーク

11月19日(日) 南海泉ヶ丘駅  
10時30分開会

### ●南大阪ウォーク大会

12月10日(日) 熊取町煉瓦館  
8km6km3km  
町中から自然へ、路地裏の小路を  
通る楽しいコースをご用意。

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 さぬきや 熊取店  
和歌山県大住113-341-1  
TEL. 072-452-8910

キッチン「まる」UAC中心  
TEL. 072-460-1234

和歌山県「だんらん」UAC中心 TEL. 072-460-1231  
和歌山県市川町(大住) 1番地100-1 クラフトタワービル2F  
TEL. 072-452-1444

株情報都市  
072-464-3005

CUT HOUSE  
サイエンス館

きき眼科クリニック

耳鼻咽喉科  
のざき医院

メカネワールド  
和歌山店  
和歌山県大住173-32  
072-452-7766

berangkat  
スタジオ・フランク

ニチバン

朝ポカリ  
目覚めの一杯

あなたの「なりたい」をかなえるコンディショニングジム  
元千原ロッチマリーンスコンディショニングコーチ立花麻弓プロデュース  
タチリュウコンディショニングジム 熊取店  
和歌山県大住173-32  
TEL. 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  
井原里駅から  
徒歩5分  
072-469-1147

