

交流会西部 & 中部

No.33

静岡県ノルディック・ウォーク連盟 since2014

2019.11月

静岡県ノルディック・ウォーク連盟事務局では会員の方に身近なコースの情報をお知らせし会員同士の親睦を図るため月に1回交流会を行っています。

交流会は事前申し込みなしの現地集合（親睦会の参加申し込みが必要な場合があります、要確認）
現地解散となりますのでご了承ください。 集合場所の目印は”ノルディック・ウォーク”の青いのぼりです。

【一般会員】年会費 ¥1000（メールでお知らせ） 郵送会員 ¥1500（手紙でお知らせ） 交流会無料参加
交流会情報をお知らせします。会員は随時募集（当日入会可）

【非会員】交流会参加の折に ¥500/回 担当指導員より振込用紙をもらってください。

*一般会員会期は4/1～翌年3/31となります。

【実施判断】朝6：58NHK天気予報にて開催地区が40%以上雨という場合は中止とします。

【持物】ポールを持つためリュック・ウエストポーチ等でご参加ください。汗拭きタオル、飲み物等ご用意は各自でお願いいたします。

【注意事項】保険には加入していませんので活動中のけがについては各自の責任で対応をお願いします。

【事務局】静岡県NW連盟（株）羽立工業内 ☎053-578-1501 📠053-578-2724 info@nordicwalkshizuoka.com

NEW

難易度表記

- ★ < 初心者向け > 平坦で起伏なしのコース、または約4 kmぐらいまで
- ★★ < 中級者向け > 緩やかな起伏ありのコース、または約7 kmぐらいまで
- ★★★ < 健脚者向け > 急な起伏ありのコース、または約10 kmぐらいまで

<p>1月 19日 (日)</p> 	<p>緊急連絡先 コース名 集合場所 集合時間 難易度 コース説明 備考</p>	<p>090-7024-3780 鈴木孝宏指導員 武藤文美指導員 小國神社（どんど焼き祭り）で初詣 遠州一宮駅（天浜線）東側駐車場（約20台ぐらい） 9時30分 ★★★ 約7 Km 一宮川沿いのほとんど平坦なコース、初詣の車の渋滞が続く横を歩きます。 * どんど焼き祭りは小正月明けに正月飾りを焼いてその火や煙にあたり無病息災を願う 休憩2か所 帰りの目安は13時。新東名遠州森町、遠州森町スマートIC利用可能</p>
<p>2月 9日 (日)</p> 	<p>緊急連絡先 コース名 集合場所 集合時間 難易度 コース説明 備考</p>	<p>080-6924-6456 木村静子指導員 雪の富士山と駿河湾を眺めよう!! JR興津駅（興津駅10：38着 帰りは由比より乗車） 10時40分 ★★ 約7 Km 3 Km平坦その後50m急坂。後半4 Kmは緩やかな下り坂。 参考:JR東海 1日休日乗り放題¥2720利用がお得かも！軽昼食持参,その後由比にて食事。 豊橋発8:19 浜松発9:11 磐田発9:22 静岡発10:21 帰りは14時半頃の電車予定</p>
<p>3月 21日 (土)</p> 	<p>緊急連絡先 コース名 集合場所 集合時間 難易度 コース説明 備考</p>	<p>090-8675-8977 鈴木 孝尚指導員 花川運動公園 お花見ノルディック（体験会 & 交流会合同企画） 浜松市中区西丘町724 ☎053-437-0605 P有（80台可能） 花川運動公園 南駐車場 ゲートボール広場前 8時45分 ★★ 約4 km 桜満開の公園内4 Kmをお花見ノルディック 桜がまだの場合「バラの都苑」でクリスマスローズと桃の花を楽しめます。 コース途中の芝生広場で中強度運動チャレンジポイントあり。</p>