

【ひたまる25】秋のノルディックウォーキングイベント開催のお知らせ

スポーツクラブひたまる25では、秋のノルディックウォーキングイベントを2つ開催します。

①「秋のノルディックウォーキング交流会」

Nordic walking-east、ノルディックウォーキング振興会横浜支部主催、同茨城支部協力で千波湖周辺をウォーキングします。当日はノルディックウォーキング愛好者が都内近辺より多数来県します。ひたまる25でも参加します。この機会にノルディックウォーキングで交流の輪を広げましょう。

- 期 日 令和元年11月23日(土)
雨天中止
(態度決定6:30 各自でひたまる事務局に問合せ)
- 時 間 10:00集合(時間厳守)10:00～12:00
- 会 場 千波湖黄門様像前
- 対 象 者 どなたでも参加できます。
- 参 加 費 無料



②「紅葉と久慈川とパークアルカディア、ノルディックウォーキング」

2つめは4クラブ合同ノルディックウォーキングです。今年度最後の合同ノルディックウォーキングはひたまる25主催で、山方地域の山方清流公園を発着に、パークアルカディア周辺を歩きます。ノルディックウォーキングは2本のポールを使ったウォーキングで、通常のウォーキングと比べて運動効果が20パーセント増とされています。

また、当日は「パークアルカディア祭」が開催予定ですので、あわせてお楽しみください。

※4クラブとは「みなとwaiwaiクラブ」(ひたちなか市)、「SCスマイルTOKAI」(東海村)、「ひまわりスポーツクラブ」(那珂市)、「スポーツクラブひたまる25」(常陸大宮市)

- 期 日 令和元年11月24日(日)
雨天中止
(態度決定6:30 各自でひたまる事務局に問合せ)
- 時 間 9:00～12:00
- 会 場 山方清流公園(常陸大宮市山方)
- 対 象 者 どなたでも参加できます。
- 参 加 費 200円(保険料を含む。ひたまる25会員は無料)
- 募集人員 30名



※①、②共通事項

- 申込方法 下記申込書に必要事項を記入のうえ、スポーツクラブひたまる25事務局へFAX、又はメールでお申し込みください。メールアドレス hitamaru25@ab.wakwak.com
- 申込期間 令和元年10月25日(金)～
- その他 運動のできる服装、シューズ、汗拭きタオル、飲み物、ノルディックポール(持っている方)をご持参ください。数量限定ですが、貸し出し用のポールも用意します。

..... き り と り (FAXの場合はきりとり不要)

【ひたまる25】秋のノルディックウォーキングイベント参加申込書

氏 名	住 所	電話番号	会員区分	①または② 両方可
			会員・非会員	
			会員・非会員	

※本申込書の個人情報については、目的以外には一切使用しません。

申込・問 本庁 スポーツクラブひたまる25事務局

☎55-9666(火曜日、金曜日13:00～17:00) FAX 55-9667

✉ hitamaru25@ab.wakwak.com