

ほばらノルディックウォーキングクラブ

第5弾

摺上川ダムでノルディックウォーキング!

昨年、大好評だった摺上川ダムでのノルディックウォーキングです！爽やかな空気と大自然の中でみんなで楽しく歩きましょう！

今回も歩いた後にはおいしい昼食も待っていますよ！ノルディック未経験者もウォーキングで参加可能なので是非多くの方のご参加をお待ちしております。



日時	10月14日(水)午前10時～午後1時頃 (受付9時45分～)
集合場所	茂庭ふるさと館 駐車場 (福島市飯坂町茂庭清水川原21-2) * 現地集合、現地解散となります。
参加費	1000円(当日徴収します) * 昼食代、傷害保険代含む、ポールはお貸しします
内容	①摺上川ダム周辺でノルディックウォーキング Ⅰ)ダム往復コース・・・約5.3キロ Ⅱ)茂庭散策コース・・・約3キロ * 当日の状況によりコースを変更する場合があります。 ②昼食 もにわそばどころ 霧華亭
* 雨天決行 荒天中止	
持ち物	飲み物、タオル、汗をかきやすい方は着替え 雨天時はカッパなどの雨具をご用意ください。
申し込み方法	①教室開催時に直接申し込む ②担当(田島)へ電話 090-6682-6831 ③下記申込書に記入の上、FAX 050-1093-8419宛に送付 ④元気クラブ参加者は元気クラブ参加時に申込書提出可
定員・申込期限	定員25名(先着)・申込期限10月9日(金)まで
ご不明な点は担当 田島(090-6682-6831)までお問い合わせ下さい	

キリトリ

ほばらノルディックウォーキングクラブ 摺上川ダムノルディックウォーキング申込書
【氏名】 【電話番号】