

第8号 秦野ノルディック&ポールウォーキングクラブ

ふれあいニュース

(2013. 1. 26 発行)



1月8日 新年初めての講習会



1月22日雨天中止で25日追加講習会参加メンバー5名

ホームページも見てください
<http://murakami-iyuku.jp/>

2月の講習会 12日(火)・21日(木) 26日(火) 第三会議室 9:45~

3月17日(日) 神奈川健生NWクラブ主催

【秦野水無川散歩道と戸川公園】をNWで
楽しむツアー(各地から100名参加予定)

参加希望者は2月末までに、村上まで申し込みく
ださい (秦野NWのHPにも掲載中)

皆さん是非参加しましょう

ご当地開催のため下検分しましょう!

2月6日(水) 古墳公園から戸川公園までの往復
をNWしながら途中チェック。お昼は「さか間」
でおいしいそばを食べましょう

希望者は連絡願います。参加費無料 雨天中止

体育館前に9:45集合 天気にな~れ!

ドクターの講演とノルディックウォーキング体験

2月16日(土) 9:30-12:00

秦野市総合体育館にて 参加費500円

2月1日から申し込み開始(市の広報にも掲載)

申込先: 秦野市スポーツ振興財団 84-3376

*NW体験会ではサポートできる方はお願いします

自分の歩幅を知っておりますか?

講習会で歩幅を計測しております。ポールを持つと

歩幅が広く

個人の数字は



なります。

お知らせします。

ポールウォーキング講習会 2月の日程

2月5日(火) 14日(木) 19日(火) 10:00~

2月から新しいメンバーが加わ
る予定です。歓迎しましょう!