

令和2年度「はびねすまいる東大和」事業

第1回ノルディックウォーキングのご案内

東大和市地域スポーツクラブ
はびねすまいる東大和事務局

東大和市地域スポーツクラブ「はびねすまいる東大和」主催ノルディックウォーキングの令和2年度の第1回を計画いたしましたので多くの皆様方のご参加をお待ちしております。

1. 時 期 : 令和2年4月19日(日) 8:15~14:10頃(玉川上水駅着予定)
2. 集合場所1 : 東大和市ロンド市民体育館前 8:15
集合場所2 : JR武蔵五日市駅(現地) 9:20
鉄道料金 : 西武線玉川上水~拝島 178円、JR拝島~武蔵五日市 220円
3. コース : 西武拝島線玉川上水駅発9:42、拝島でJR五日市線に乗換え、同駅9:04発、武蔵五日市に9:22着。
武蔵五日市駅前で現地集合組に合流。軽くウォーミングアップ。コース説明の後、9:45にスタート秋川街道を南下、都立小峰公園(10:00頃、5分休憩)~ビジターセンター~公園内を少し見学~一旦引き返し小峰緑地入口~小峰公園展望台へ(10:10頃)~公園の縁を通り一旦車道へ、~天王橋(工事中通行は可)~弁天山方面入口~網代城山(331m)を目指す~城山までは急な階段が175段続く、途中休憩を入れる)~城山頂上(11:10頃、休憩5分)~下り、弁天山へ(11:35頃着、昼食休憩45分、スタート12:20頃)~貴志嶋神社~洞窟~貴志嶋神社鳥居(右に棚田)~網代会館~山田大橋~武蔵増戸駅
(行程距離約7.0Km) 13:00~13:30分頃 到着予定
4. お弁当 : 各自持参ねがいます。(飲み物は用意します)
5. 参加費 : 会員入会費 3,000円(シニア)、会員になられた方は、年間を通して参加費なし。非会員は1,000円(入会の案内は、別紙をご覧ください)。ノルディックウォーキング用ポールは貸出します。
6. 申込方法 : 同封のチラシの下の申込書を切り取り、市民体育館へ直接申込込むか、又は市民体育館のFAX042-566-6120へ送信下さい。
7. 雨天の対応 : 当日雨天の場合は、中止です。天候が少雨等ではっきりしない場合は、原則実施します。集合場所へお越しください。
8. 今年度の計画 : 令和2年度ノルディックウォーキングの計画はこれまで通り年4回を計画しています。第2回目は6月中旬の予定です。