

令和4年度「はびねすまいる東大和」事業

## 第4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4年度の第4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4年11月13日(日) 8:20~16:30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 8:20  
集合場所2 : JR立川駅改札前 9:00  
鉄道料金 : 行き;モノレール玉川上水~立川北(265円)~JR南武線立川~  
JR京浜東北・根岸線川崎~山手(814円)  
帰り;横浜市営バス三溪園南門~JR根岸駅(170円)JR根岸~  
川崎~南武線川崎~立川(814円)
3. コース : モノレール玉川上水駅8:50発~立川北~南武線JR立川~川崎~山手駅  
(10:24),駅前狭く準備体操はなし。簡単な経路の説明後出発。「ふぞく坂」  
横の階段を上る~横浜国立大学付属小学校前~YMCA通り~T字路左折  
~本牧山頂公園入口(11:15 休憩5分)~アメリカ坂~見晴台展望台(休憩  
5分~管理センター~本牧神社~本牧通り~三溪園入口~三溪園正門(入  
場料600円個人負担)(12:15)~園内散策(昼食休憩45分)~三重塔~  
松風閣(展望台)~南門~横浜市営バス三溪園南門(14:07)~JR根岸駅  
(14:39)~玉川上水駅(16:09)着、市民体育館へ。16:20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。  
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4年度のノルディックウォーキングは今回で終了です。