

令和5年度「はびねすまいる東大和」事業

## 第2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5年度の第2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5年6月18日(日) 8:30~16:30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 8:45  
 鉄道料金 : 行き; 多摩モノレール玉川上水~立川北(265円)、JR南武線立川~東海道線川崎~戸塚(横須賀線に乗換)~北鎌倉(1,110円)  
 帰り: 鎌倉横須賀線~戸塚(東海道線に乗換)~川崎南武線に乗換~立川(1,110円)~多摩モノレール立川北~玉川上水(265円)
3. コース : 多摩モノレール玉川上水駅8:41発~立川北~JR南武線立川~川崎、東海道線川崎~戸塚、横須賀線に乗換~北鎌倉で下車10:36。浄智寺へ、コース説明。10:40頃スタート。浄智寺境内から葛原ヶ岡ハイキングコースを歩く。30分ほどで葛原ヶ岡神社に到着11:15、ここで休憩。更に5分後日野俊基の墓を見学、源氏山公園に入ると源頼朝の座像がある11:20。ここで少し早い昼食休憩をとる12:00(集合写真)。休憩後坂を下って銭洗い弁天へ12:15、岩をくりぬいた通路をくぐり弁天様の洞で銭を洗う人がいる(線香、ろうそく、ざる一式)で200円)10分休み。売店の横を通り、佐助稲荷神社へ向かう。一旦、住宅街に出て南下、市役所通り~長谷大谷戸~高德院(大仏、入館料200円)13:25院内見学10分~長谷寺(入山料400円)寺内見学15分~江ノ電長谷駅14:00頃着(ここまで約4.5Km)~JR鎌倉14:46~戸塚~川崎~立川~玉川上水16:30頃着、市民体育館で解散(16:45頃)
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。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5年度③ノルディックウォーキングは9月中旬の予定です。