

第3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3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9月10日(日) 8:15~16:30頃(玉川上水駅着予定)
2. 集合場所1 : 東大和市 Rond 市民体育館前 8:15
集合場所2 : JR立川駅改札前 8:25
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~武蔵溝ノ口(406円)~東急東横線に乗換等々力へ(180円) コース途中田園調布から自由が丘~九品仏(140円)
帰り: 東急大井町線九品仏~溝の口、JR南武線に乗換溝ノ口~立川(406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 8:39 発~立川北~JR南武線立川~溝ノ口東急大井町線に乗換、等々力へここで下車、南口(駅前狭いので準備体操なし)から溪谷へ、遊歩道に下り約15分で溪谷出口へ。少し街歩きで多摩川堤通りにでて車道を横断して堤の下におりる。ここから砂利道で、田園調布4丁目ここまで約2.6Km。交差点の道路を登り多摩川台公園の中央公園へ12:00頃着。ここで昼食休憩(45分)。後、多摩川台公園内の古墳群を通り、浅間神社へお参り小休憩の後、多摩川台公園に戻り、宝来公園~田園調布の住宅街を経て田園調布駅へ(旧田園調布の駅舎が残されている、駅の機能は新駅に移管。東急田園都市線田園都市~九品仏で下車浄真寺へ境内散策後ゴール(ここまで約5.4Km)。14:30~15:00頃九品仏~溝ノ口へ、ここでJR南武線に乗換、溝の口~立川、モノレール立川北~玉川上水16:30頃着、市民体育館で解散(16:30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 : 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④ノルディックウォーキングは11月中旬の予定です。