

令和5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5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5年11月19日(日) 8:25~15:10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 8:25
集合場所2 : 西武拝島線玉川上水駅 8:30
鉄道料金 : 往き; 西武拝島線玉川上水~拝島(188円)、JR青梅線拝島~軍畑(318円)
帰りに: JR青梅線御嶽~拝島(406円)、西武拝島線拝島~玉川上水(188円)
3. コース : 西武拝島線玉川上水駅(8:38)発~拝島、JR青梅線(8:54)に乗換、青梅で奥多摩行(9:12)に乗換~軍畑で下車、駅を左へ、軍畑鉄橋、鎧塚を見て軍畑大橋へ。御岳溪谷遊歩道の標識に従って遊歩道入口へ、ここから下におり遊歩道を歩き30分ほどで楓橋(小澤酒造)に着く。橋を渡って突き当たりが寒山寺、いったん戻り、澤乃井清流ガーデンで休憩。後、御岳橋の手前で川に下り、昼食休憩をとる(45分)。後、遊歩道を西へ、杣の小橋、神路橋(5Km)へ、対岸の遊歩道は歩きにくく危険なので折り返して元の路を戻り御嶽駅へ、ここでゴール。御嶽駅(13:32)で乗車~青梅へ、東京行に乗換、拝島へ、拝島~玉川上水14:27頃着、市民体育館で解散(14:45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 : 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年度の事業はこれで終わりです。