



# 岳クラブ通信



## 2010年7月号

### 陶芸教室やりました♪

#### 6月12日(土) 陶芸教室

6月12日、あだたらの宿松溪苑

今回は、ふきの葉を使って葉皿を作りました☆

大きさや形はそれぞれなので

みんな自分オリジナルの作品ができていました。

私も欲しい!

このお皿にオカズ入れたら華やかだろうなあ〜(^^\*)



焼き上がり  
が楽しみ☆



### 7月の月例ウォーキング

#### ● 月例ウォーキングの日程

4日(日) 奥岳自然遊歩道コース(2km)

17日(土) 万葉浪漫コース(7km) ⇒ ノルディック大会該当

28日(水) マイナスイオンコース(6km)

※ 17日のノルディック体験会は、通常の月例ウォーキングと同じです。

4日の奥岳自然遊歩道コースは集合場所が富士急レストハウス前になります!!



#### ● 参加費

岳クラブ会員 200円

一般 500円

#### ● 当日の日程

9:30~ 受付開始

10:00~ ウォーキング開始 (終了時間はコースによって異なります。)

#### ● 持ってくるもの

帽子・飲み物・タオル

#### ● コース説明

#### 奥岳自然遊歩道コース 2km

様々な滝を見ながらゆっくり回る1時間コースです。清涼感をたっぷり味わえます。紅葉の時期もいいですが夏に行くのもオススメ(・v・)自然遊歩道の魅力を肌で感じましょう!

#### 万葉浪漫コース 7km

人気ナンバー1!! 岳ダムから山の中を通り、スカイピアまで歩きます。山菜などが見つかりやすいコースです。前半に若干上り坂あり、そこをクリアすればあとは平坦です♪ 新緑や紅葉の時期にオススメ☆

#### マイナスイオンコース 6km

水路の横をテクテク歩く5kmコース♪ 松本もたまにチェックしますが、実はかなり大好きなコースです(・v・) 前回の6月19日が雨でコースが変更になった為リベンジです! 今度は晴れるといいなあ♪

### いざッ 超☆長距離挑戦会!!

7月7日(水)に超☆長距離挑戦会を行います! コースはパノラマ・農場コースの30kmに挑戦です!! がんばるどー!! 当日日程は 8時45分集合、9時00分スタートです。

参加費は岳クラブ会員の方は200円で一般の方は500円になります。

大体6・7時間かかると思います。必ず昼食と飲み物をご持参ください!!

心してご参加ください(・v・) ウスッ!



# 岳ノルディック教室

ノルディッターのためのノルディック教室、第二弾です！  
今回は上達するための全4回コース。1回参加も可能です☆内容は毎回変わります！  
フォーム撮影やノルディックポールを使ったウォーミングアップ、グループワークなどなど……  
もっと上手になりたい！ ノルディックやってみたい！ という方は是非！

- ☆ 日程（小雨決行） 7月13日（火）、7月20日（火）8月3日（火）、8月17日（火）
- ☆ 募集人数 15名（定員に達した時点で締め切ります）
- ☆ 参加費（ポールレンタル料込み）

	4回セット	1回のみ
岳クラブ会員	800円	200円
一般	2000円	500円



～参加を希望される方は岳クラブまでご連絡ください！～

## あじさい散策ウォーク

二本松市内を歩きながら、あじさいを散策しよう！

当日日程：7月15日（木）

集合場所：智恵子の生家 駐車場

集合時間： 9時45分～

10時00分 スタート

智恵子の杜公園内と公園付近を9kmほど歩きます。

参加費： 会員 200円

一般 500円

持ってくるもの：帽子・タオル・水分等

コース：

智恵子の生家 駐車場 → 智恵子の杜公園  
→ 霞ヶ城公園 → 遊歩道 → 駐車場解散  
約9km

## フォトウォーク

福島民報社の元写真部の方と一緒に歩きます☆  
撮り方などのアドバイスを貰いながら歩きましょう！！  
カメラはデジカメでも一眼レフでも構いませんよ～☆  
日にち 7月22日（木）9：45分～  
参加費 岳クラブ会員 200円 一般 500円  
歩く距離は大体3・4キロ程になります。  
カメラをお忘れなく（・∀・）

## ノルディック指導者養成講座

日にち 7月27日（火）  
当日日程 10：00～16：00  
集合場所 あだたらふれあいセンター  
参加費 会員4,500円  
一般5,000円  
定員 20名  
※ 登録を希望される方は別途 公認登録料2,000円  
年会費3,000円掛かります。  
講師 日本ノルディックウォーキング協会  
マスタートレーナー 梶浦 文嗣 先生  
参加希望の方は7月23日までにご連絡ください。

### お問い合わせ

〒964-0074 福島県二本松市岳温泉1-16

岳温泉観光協会内 岳クラブ

電話番号 0243-24-2310

FAX 0243-24-2911

アイス～♪



とんとん  
ご参加ください！