



岳クラブ通信

2015年 6月号



滝に癒されウォーク

【開催日】平成27年6月13日(土)
 【集合場所】フォレストパーク第2駐車場
 【参加費】会員 300円 一般 600円
 【当日日程】9:00~9:30 受付
 9:45~ 準備体操
 10:00~ウォーキング開始



【予約】必要!
 【持ち物】飲み物・行動食(飴、チョコなど)
 【認定】I/V/V
 【コース】8km・11kmの2コース

どちらもI/V/V対象で、11kmコースはペースも少しだけ早め。そうでない方は8kmのコースです。遠藤ヶ滝の上の道が震災の影響で通行止めとなっています。8kmコースはフォレストパークから遠藤ヶ滝までの往復コース。11kmはフォレストパーク内を散策してから遠藤ヶ滝を目指しフォレストパークに戻ります。どちらのコースも前半は坂道が続きます!! 水分お忘れなく!!

あづま館バイキングウォーク♪

【開催日】平成27年6月27日(土)
 【集合場所】岳温泉観光協会
 【参加費】会員 2,000円 一般 2,300円
 (バイキング付)
 【当日日程】9:00~9:30 受付
 9:45~ 準備体操
 10:00~ウォーキング開始



【定員】20名程度
 【予約】必要!
 【持ち物】飲み物・行動食(飴、チョコなど)
 【コース】5km

いつもとは違う登り口から夕日丘展望台を目指して歩く5キロのコース!ぐるっと一回りしてあづま館を目指します。ウォーキングが終わったらみんなでバイキング♪食事をしながら交流を深めましょう。温泉も入ってリラックス♪ぜひ岳クラブが気になっているお友達を誘って参加して下さい(^_^)

ソフトバレー!!!

《開催日》6月 9日(火)
 6月16日(火)
 6月23日(火)
 毎週火曜日です!

※6月2日・30日はお休みです。

《場所》あだたら体育館
 《時間》19時00分~21時00分
 《持ち物》飲み物・タオル等
 《服装》動きやすい服装
 体育館シューズ



初心者入門ウォーキング講座



○開催日 6月11日(木)
 ○集合場所 岳温泉観光協会
 ○参加費 500円
 ○当日日程 9時30分受付開始
 10時~講座開始(講義あり)

○予約 必要
 ○持ち物 飲み物
 ○服装 運動できる服装
 ○内容 歩き方、ウォーキングには何が
 必要か、準備には何が
 いるか、ウォーキング実践 等

ヨガ教室

【開催日】 6月 8日(月)
6月22日(月)
【場 所】 あだたら小学校体育館
【時 間】 19時30分~20時45分
【予 約】 必要
【参加費】 会員 500円/回
一般 800円/回
【服 装】 動きやすい服装
【持ち物】 入浴セット
【講 師】 飯田 加寿子 先生

ノルディックウォーキング教室

【開催日】 5月11日(月)・5月25日(月)
6月 8日(月)・6月22日(月)
【集合場所】 岳温泉観光協会
【参加費】 岳クラブ会員 300円/回 一般 600円/回
【当日日程】 9:00~9:30 受付
9:45~ 準備体操
10:00~ノルディックウォーキング開始
【予 約】 必要
【持ち物】 飲み物・帽子・タオル
バッグはポールを持つので両手が空くものがイイです。
※ポールはレンタル出来ますので受付の際にお申し付け下さい。
※1回参加から受け付けておりますが、なるべく続けての受講をお勧めします。

★6月の月例ウォーキング★

6月7日(日)

①山奉行コース!!11km ②ショートコース(5km)

6月17日(水)

①あだたら高原パノラマコース11km ②あだたら高原早回りコース6km

【集合場所】 岳温泉観光協会 2階
【参加費】 岳クラブ会員 300円 一般 600円
【当日日程】 9:00~9:30 受付
9:45~ 準備体操
10:00~ ウォーキング開始
【認 定】 I V V
【予 約】 不要
【持 ち 物】 飲み物・行動食(飴、チョコなど)・帽子
タオル等

山奉行コース

JICAまではずーっと登り坂です!がんばろー。そこをすぎれば開放的な牧草地帯。樹林帯では森林浴を楽しめます。

ショートコース

山奉行コースを歩き途中から深堀の方に抜ける道を見つけました!新コースになるかも!?まだ開拓中なので楽しみに♪

あだたら高原パノラマコース

上り坂のない平坦なコースです。天気が良いと安達太良山が一望できます!まさに、パノラマ♪

あだたら高原早回りコース

森の工房の手前で曲がるパノラマコースの近まわりコース。

あだたら縦走トレッキング!!

(野地→奥岳) 中級以上

【開催日】 6月24日(水)
【集合場所】 岳温泉観光協会
【当日日程】 7:00 受付(岳温泉観光協会)
7:15 出発(岳温泉観光協会)⇒バス移動⇒8:00 野地温泉登山口⇒
9:00 鬼面山⇒10:30 箕輪山⇒11:30~12:00 鉄山避難小屋で昼食
⇒12:15 鉄山⇒12:40 牛の背⇒13:00 安達太良山⇒14:00 仙女平分岐~
14:30 山頂駅⇒ Gondola移動⇒14:40 山麓駅⇒バス移動⇒15:00 岳温泉観光協会
※Gondola運休の場合は山頂駅から奥岳まで徒歩
【参加者】 岳クラブ会員 4,500円 一般 5,500円(ガイド・バス代・Gondola・保険料込)
※Gondola運休時も参加費に変更はありません。
【所要時間】 6時間(Gondola運休の場合は7時間)
【予 約】 絶対必要!!
【定 員】 20名

※昼食は各自お持ちください。
行程が変更になる場合がありますのでご了承ください。



《お問い合わせ・お申し込み》

〒964-0074 福島県二本松市岳温泉1-16
岳クラブ(岳温泉観光協会内)
電話番号: 0243-24-2310
FAX: 0243-24-2911



総合型地域スポーツクラブ「岳クラブ」
totoの助成金を受けて活動しています。