



岳クラブ通信

2017年 12月号



今年も年末大掃除やいま～す！ ゴミ拾いウォーク 10km

- 【開催日】 12月7日(木)
【集合場所】 岳温泉観光協会2階
【当日日程】 受付 9:00~9:30
準備運動 9:45~
スタート 10:00~

【参加費】 会員300円 一般600円

【認定】 I V V

【予約】 不要

【持ち物】 飲み物・行動食(飴やチョコ)・タオル・帽子・軍手・あればヒバサミ



ゴミ拾いウォーク

幹線道路を中心にいくつかのグループにわかれてゴミ拾いをします。特にコースは設定せずに行きます。前回と同様に燃えるごみ・燃えないごみと分別をしながらやります(^)分別していただいととても片付けがスムーズに行えました!! 寒い中のゴミ拾い、本当にありがとうございます。今回もよろしくお願いします!



あだたら寒風吹き下ろしウォーク 13 km

- 【開催日】 12月2日(土)
【集合場所】 大玉村 あだたらの里直売所 【TEL】 0243-48-2317
PLANT 5 (直売所の向かい) の駐車場
【住所】 福島県安達郡大玉村大山字沖江 271

- 【当日日程】 受付 9:00~9:30
準備体操 9:45~
スタート 10:00

【参加費】 会員300円 一般600円

【予約】 必要!!

【認定】 I V V

【持ち物】 飲み物・行動食(飴やチョコ)・タオル・帽子



あだたら寒風吹き下ろしウォーク

安達太良寒風の吹き下ろしの中、田んぼ通りを歩く13km。平坦な道なので、上り坂はほとんどありません! . . . が、安達太良の寒風をさえぎるものが何もないので直撃です!! 修行?? 寒さに負けずにみんなで歩きましょう! 体温調節しやすい服装で来てくださいね!



年忘れヨガ

- 【開催日】 12月4日(月)
【場所】 空の庭リゾート 多目的室
【時間】 19:30~20:45
【予約】 必要!!
【参加費】 会員 800円/1回
 一般 1000円/1回
【服装】 動きやすい服装
【講師】 飯田 加寿子 先生



ヨガ

心と体の健康ため、生活の中にヨガを取り入れてる人が増えてきています。興味があってもなかなか始められない方は是非お気軽にご参加ください。試しに参加も可能です。ヨガは即効性があるものではないので継続して行うことが大事です。続けていくと全身がほぐれていく気持ち良さがクセになりますよ。

ハイキングイベント終了報告

5月の男沼・仁田沼・女沼ハイキングから始まり、花見山・十万劫、雄国沼、浄土平、半田沼、霊山、そして今年最後の11月は天候に恵まれた信夫山ハイキング。参加者の皆様にもとても評判が良かったので、来年も継続していきたいと考えております。



女沼をバックに記念撮影



雄国沼からハチーズ!



烏ヶ崎からの眺望は最高です

《お問い合わせ・お申し込み》

岳クラブ(岳温泉観光協会) 〒964-0074 福島県二本松市岳温泉 1-16

電話番号: 0243-24-2310

岳クラブブログ

FAX: 0243-24-2911

<http://dake-club.cocolog-nifty.com/blog/>