



岳クラブ通信

2018年 6月号



あづま館バイキングウォーク♪

- 【開催日】6月30日(土)
【集合場所】岳温泉観光協会 2階
【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



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温泉で疲れを癒しましょう♪
ぜひ岳クラブが気になっているお友達も誘って参加して下さい。

ノルディックウォーキング教室

- 【開催日】6月4日(月)・6月18日(月)
【集合場所】岳温泉観光協会 2階
【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
【講師】皆川和夫先生(INWA 公認アドバンスインストラクター)
【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。

ヨガ教室

- 【開催日】6月4日(月) 6月18日(月)
【場所】くぬぎ平ホテル 時間】19:30~20:45
【予約】必要 【服装】動きやすい服装
【参加費】会員 800円/回 一般 1000円/回 【持ち物】入浴セット(ヨガの後に無料で温泉に入れます!)
【講師】飯田 加寿子 先生

～6月の月例ウォーキング～

①山奉行コース11km

②ショートコース5km

①滝ウォーク11km

②ショートコース8km

【開催日】6月13日(水)

【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

【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

【認定】IVV

【コース】11km・5kmの2コース。

11kmコースはスタートからJICAまでは登り坂が続きますが、そこを過ぎれば平坦な林道になります。途中には阿武隈山系や安達太良山のビューポイントもありますので、気持ち良く歩けます。5kmコースの前半は山奉行コースと同じですが、途中から夏無川沿いを下るコースになります。新緑の中を歩いてたっぷりマイナスイオンを浴びましょう!

【開催日】6月24日(日)

【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】IVV

【コース】11km・8kmの2コース。

11kmコース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ます。途中には半円形が見事な三日月の滝も見られます。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。

どちらのコースも前半は坂道が続きますので飲み物を忘れずに!

信夫山ハイキング♪

【開催日】6月3日(日)

【集合場所】信夫山公園駐車場 (住所:福島市駒山1)

※(福島護国神社向かい)になります。

【当日日程】 8:30～受付開始 9:00頃スタート

【参加費】会員 1,500円、一般 2,000円(保険込み)

【所要時間】4時間程度

【予約】3日前までに要予約

※予約キャンセルする場合は開催日の3日前からキャンセル料(500円/一人)を頂きます。

【定員】20名(先着順)

【持ち物】雨具、防寒具、ハイキングに適した靴、行動食、飲み物、昼食

《お問い合わせ・お申込み》

〒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

岳クラブブログ <http://dake-club.cocolog-nifty.com/blog>