



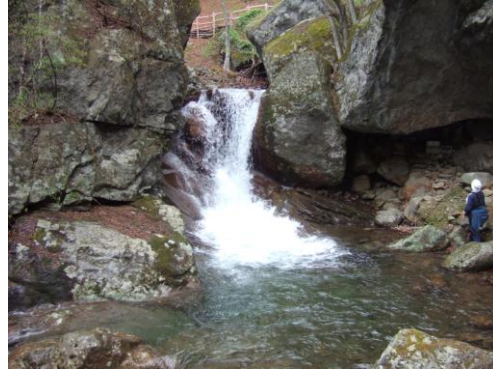
# 岳クラブ通信



## 2011年 6月号

### 滝ウォーク 2011

今年も滝ウォーク開催で〜す\(^o^)/2011年の滝ウォークは春・夏・秋の3回開催です☆



左が三日月の滝で  
右が遠藤ヶ滝です♪  
前日の天候等で水量が変わりますが、どちらもキレイです☆  
三日月の滝は素通りしやすいので、歩きながら探してみてくださいね!



- 開催日程 6月8日(水)
- 当日日程 9時30分～ 受付開始(場所:フォレストパーク第2駐車場)  
10時00分 ウォーキング開始
- 参加費 会員200円 一般500円
- コース ・7kmコース ・10kmコース(IVV対象)

今回から滝ウォークはIVV対象となりました。10kmコースがIVV対象で、ペースも少しだけ早め。そうでない方は7kmのコースです。コースですが、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したため

7kmコースはフォレストパークから遠藤ヶ滝まで行って帰ってくる往復コース。

10kmは同じく遠藤ヶ滝まで往復してそのままフォレストパーク内をウォーキングします。

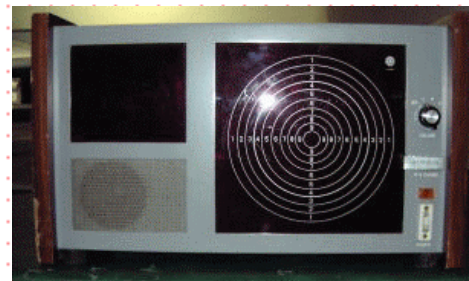
どちらのコースも前半は坂道が続きます!!水分お忘れなく!!

### こどもスポーツ教室

### よーく狙って!満点狙おう!!

### ビームライフル射撃を体験しよう!!

- 開催日 2011年 6月18日(土)
- 集合場所 総合射撃場 ビームライフル射撃場
- 当日日程 9時45分 総合射撃場 集合  
10時00分 ビームライフル体験  
11時45分 後片付け、掃除、閉会  
現地集合、現地解散になります!
- 対象 小学生全学年対象  
(大人の方が同行して下さい)
- 持ち物 飲み物を御持参下さい。
- 参加料 500円(保険料含む)
- 定員 20名
- 締切 6月11日(土)  
(定員になり次第終了します)
- 申し込み 岳クラブ事務局までお申し込み下さい。



# 遊びながらスポーツしよう!! カローリング教室

開催日 2011年 6月11日(土)  
 集合場所 安達太良小学校 体育館  
 開催時間 午後 1時30分～3時まで  
 対象 男女年齢問わず。大人でも充分楽しめます!  
 内容 カローリングは3名1チームのチーム戦になります。エントリーの参加人数によって対戦順を決めたいと思います。おとなVSこどもになることもあります。3名揃ってのエントリーも、1名でのエントリーでもOK!  
 持ち物 室内用シューズ  
 参加料 会員100円 一般200円  
 定員 20名  
 締切 6月4日(土)までにエントリーして下さい。

冬に盛り上がる「カーリング」、これを陸上でやるのがカローリングです。専用のローラー(カーリングで言うストーン)をポイントゾーンに狙って投げ、最終的にポイントゾーンに残ったローラーの点数で競います。

# わくわくヨーガ教室

開催日 6月7月の毎月2回!  
 (第2・第4月曜日)  
 6月……13日(月)・27日(月)、  
 7月……11日(月)・25日(月)  
 時間 19時30分～20時45分  
 (10分前にご集合下さい)  
 場所 安達太良小学校 体育館  
 参加費 岳クラブ会員  
 1回のみ参加 300円  
 4回セット 1,000円  
 一般参加 1回のみ参加 500円  
 講師 飯田 加寿子 先生  
 お気軽にご参加ください!!  
 服装 動きやすい服装で。タオル。  
 ※ヨーガマットはあります!!

## ● 月例ウォーキングの日程

1日(水) 万葉浪漫コース(7km)  
 18日(土) あだたら高原パノラマコース(11km)  
 22日(水) ガウダー早回り+青空満喫コース(6.5km)  
 ※18日の月例ウォーキングはIVV対象です。

● 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(岳温泉観光協会の2階)  
 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(服装)

動きやすい服装でご参加下さい☆  
 汗をかくので、途中で脱いだり羽織ったりできる服の方がいいかも。  
 水分(スポーツドリンクなど)、タオル、帽子、入浴セット

## ● コース

### 万葉浪漫コース

ビックリする坂道があるこのコース。ビックリ坂を上ると何か月例ウォーキングって感じがしますね。ビックリ坂さえクリアしてしまえば、残りは平坦&下り道です!坂道はゆっくり歩くから大丈夫!!苦手な方も挑戦してみませんか?

### あだたら高原パノラマコース

見晴らしの良い歩きやすいコースです。アップダウンも少なめで、11kmだけど比較的歩きやすいコースですね(^\_^)天気が良いと安達太良山が一望できますよ~☆晴れたといいんですが…風が強いと結構キツク感じるかも。

### ガウダー早回り+青空満喫コース

ガウダー早回りと青空満喫のコラボしたコースです。観光協会を中心に八の字で歩く形になります。ガウダー早回りは牧草畑の中を歩いていきます。前半上り坂アリ。ゆっくり行きましょー!!

6月の月例ウォーキング

雨でもやります!



〒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

TEL 0243-24-2310

FAX 0243-24-2911

