



岳クラブ通信

2012年 12月号



安達太良寒風吹き下ろしW



○開催日時：12月9日（日）

○集合場所：大玉村 あだたらの里直売所

※お車でお越しの方はPLANT5南側駐車場に停めて下さい！

○当日日程： 受付開始 9時30分～ スタート 10時00分～

○参加費： 岳クラブ会員200円、一般500円

○距離： 13km（IVV対象）

○コース：

安達太良寒風の吹き下ろしの中、通りを歩く12km。上り坂ほとんどありません。大玉の田んぼ通りを歩きます。

○予約：必要

○該当：大玉村・本宮市1800



2012年もいっぱい歩きましたか？



12月の月例ウォーキング

● 月例ウォーキングの日程（予約不要）

2日（日） 万葉浪漫コース（7km）

19日（水） 山奉行コース（11km）☆

☆IVV対象

● 集合場所 岳温泉観光協会2階

● 参加費 岳クラブ会員 200円 一般 500円

● 当日の日程

9時30分～ 受付開始

10時00分～ 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

飲み物（スポーツドリンクとか）、行動食（チョコ、アメ）、タオル、帽子、あったかい服装できてね。

万葉浪漫コース 7km

最後なんで。びっくり坂上って頂きます♪あとは森の中を歩いて平坦なサイクリングロードを歩きます。びっくり坂が終わればアップダウンは少ないコースです。

山奉行コース 11km

前半2kmほど上り坂が続きます……が、そこからはほぼ平坦な道と下り坂です。7月は逆回りで回りました！今回はいつも通りの予定です。雪の可能性アリ！

1月からはスノーシューです☆ 詳しくは裏面をどうぞ！

● スノーシュー参加のススメ ●

じんぐるべーる。じんぐるべーる。あっ、ども。岳クラブのM本です。お久しぶりですね。
安達太良山は既に雪が降り始め、広報がみなさんの家に届くころには
岳温泉でも一回ぐらい雪が降っているかもしれません。

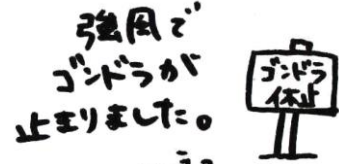


(毎年、11月末に大雪が1回だけ降ります)でもまだウォーキングはあります。

表面参照。ぜったいに寒いので、手袋ぜったい忘れずに！！みなさまのご参加をお待ちしております♪

今年もいっぱい歩きましたね…

春は桜ウォークやったり…



秋は安達太良山に登ったり…



1月からは… スノーシューやります！

スノーシューのはじまりはじまり～。スノーシューとは雪の上を歩く、その名も雪上ウォーキング。
どこまでも、歩くことにこだわる岳クラブです

普通に雪の上を歩こうとすれば、沈みます。



動けません。

雪上ウォーキングするための道具がスノーシューです。西洋かんじきですね。これを

履くと沈まず楽しく歩くことができます。ふわふわの雪の上を歩くのは楽しいですぜ。



「よくある質問」

服装はなにを着ればいいのかとよく聞かれます。まず、ダメな例。(→) これはダメ。

お客さんには「変なおねーちゃん」と好評ですが、ダメ！まず、ウェアは防水のもの。スキーウェアやスノーボードのウェアがあれば、それでOK。靴はやっぱり防水のもの。登山靴でも防水スプレーをバッチリかければOKです。スノーブーツもいいですね。

スキー靴やスノーボードの靴はダメ。ダメっていうか、これで行くと楽しいはずのスノーシューが過酷な修行になります。あと、翌日足がパンパンになります(私は動けなかった)長靴もダメです！

(カチンカチンな例)



その他、帽子や耳あて、ついでに首周りを暖かくすると快適です。

日によっては吹雪になることもあり、

逆に晴れた日などは光が反射してかなーり眩しいので、グラスンを持ってくるバッチリです。



あとは行動食として、なんか食べるもの。山登りを想像して貰うと分かるとおもうんですが、スノーシューはけっこうな運動量です。

ただしオニギリはオススメしません。

パンとか、スポンジ系のものもいいかなあと。



美味しい。

私はバームクーヘンが好きです。クリーム部分が凍ってシャリシャリになります。

初心者の方はご予約の際に、事務局に言ってくださいませ。日程は来月号にて！

《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



toto の助成金を受けて活動しています。

岳クラブ (岳温泉観光協会内) 電話番号: 0243-24-2310 FAX: 0243-24-2911