



# 岳クラブ通信

## 2012年 5月号



〒964-0074 二本松市岳温泉 1-16 電話番号 0243-24-2310 FAX 番号 0243-24-2911

新緑の岳温泉を歩こう！

# 5月の月例ウォーキング

### ● 月例ウォーキングの日程

- 13日(日) マイナスイオン+αコース (10km)
- 19日(土) 岳温泉旧街道ちょい回りコース (13km)
- 30日(水) 高原広々コース (5km)

※13日と19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 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)

動きやすい服装でお越し下さい。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



4月15日と18日に花見ウォークが開催されました！  
(桜咲いてなかったけど…) 楽しかったー♪

#### マイナスイオン+αコース

好評なマイナスイオンコース♪マイナスイオンに行ったあと青空満喫コースを周る予定です。なのでアップダウンはほとんどないかと(^^)ラクチンコース！

#### 岳温泉旧街道ちょい回りコース

前半は平坦&下り坂で原瀬まで降りていきます。が、最後にながあーく続く上り坂があります！休み休みいこうね。

#### 高原広々コース

比較的歩きやすい、アップダウンの少ないコース！とってもラクチンです☆天気が良いと安達太良山が一望できるビューポイントがあります！

## わくわく ヨーガ教室

開催日：5月…14日、28日

6月…11日、25日

時間：19時30分～20時45分

場所：5月14日 … あだたら体育館

5月28日 … 安達太良小学校体育館

6月以降の開催場所はあだたら体育館に変更になる場合がございます。岳クラブ事務局までお問い合わせ下さい。

参加費：

岳クラブ会員 1回のみ参加 300円

一般参加 1回のみ参加 500円

講師：飯田加寿子 先生

服装：動きやすい服装で。5月はまだ寒いので、少し暖かい服装でお越し下さい。

※ヨガマットはあります！

6月1日(金)にノルディック体験教室が開催されます！

詳細については来月号に記載致します。

## 第2回

# 岳温泉桜まつり

会場：鏡ヶ池公園

## 4月28日・29日・30日

# ぜひお越しください♪

春風ライブ  
in dake

露店コーナー 期間中毎日開催  
午後10時～午後4時30分

