



岳クラブ通信

2014年 6月号



6月 ♪月例ウォーキング♪ 郡山もあるいちゃお♪ウォーキング11km

【開催日】

6月 4日 (水) 山奉行コース(11km) | VV対象
6月21日 (土) あだたら高原早回りコース(5.5km)

【集合場所】岳温泉観光協会2階

【予約】不要

【参加費】会員 200円 一般500円

【当日日程】 9時30分受付開始
10時00分～ウォーキング開始

【持ち物】飲み物・行動食(飴・チョコなど)
タオル・帽子
動きやすい服装でお越し下さい。

【開催日】平成26年6月26日(木)

【集合場所】逢瀬公園西駐車場
住所：郡山市逢瀬町河内字東長倉1-3
電話：024-957-2221

【参加費】会員 200円
一般 500円

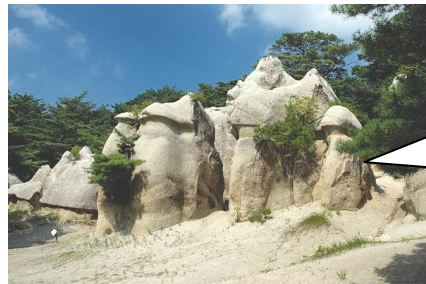
【当日日程】 9時30分受付開始
10時00分～ウォーキング開始

【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】逢瀬公園西駐車場(スタート)⇒
逢瀬中学校⇒多田野小学校⇒浄土松公園⇒清水
池公園⇒逢瀬公園東駐車場⇒逢瀬公園西駐車場
(ゴール)



浄土松公園の
きのこ岩☆

滝に癒されウォーク

きれいに新緑した森を通って遠藤ヶ滝に向かいましょー！！

- 開催日程 6月15日(日)
- 集合場所 フォレストパーク第2駐車場
- 当日日程 9時30分～ 受付開始
10時00分～ ウォーキング開始
- 参加費 会員200円 一般500円
- 予約 必要！
- コース ・8kmコース(IVV対象) ・11kmコース(IVV対象)

どちらもIVV対象で、11kmコースはペースも少しだけ早め。そうでない方は8kmのコースです。
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。11kmはフォレストパーク内を散策してから
遠藤ヶ滝を目指しフォレストパークに戻ります。
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！！



ノルディックウォーキング教室

前半全6回シリーズ!!!

【開催日】4月7日(月)・4月21日(月) ※終了致しました
5月5日(月)・5月19日(月) ※終了致しました
6月2日(月)・6月16日(月)

【集合場所】岳温泉観光協会

【参加費】岳クラブ会員 200円/回 一般 500円/回

【当日日程】9時30分受付開始

10時00分～ノルディックウォーキング開始

【予約】必要

※1回参加から受け付けております。

【持ち物】飲み物



メタボリックシンドロームの予防・改善効果が期待されます。

また、ダイエット効果が高いです!!!

お試しくださいあい(*^_^*)

みんなでヨーガにチャレンジ!

【開催日】6月 9日(月)

6月23日(月)

【場所】安達太良小学校体育館

【時間】19時30分～20時45分

【予約】必要

【参加費】会員 500円/1回

一般 800円/1回

【服装】動きやすい服装

【講師】飯田 加寿子 先生



初心者入門ウォーキング講座

○開催日 6月19日(木)

○集合場所 岳温泉観光協会

○参加費 500円

○当日日程 9時30分受付開始

10時～講座開始(講義あり)

○予約 必要

○持ち物 飲み物

○服装 運動できる服装

○内容 歩き方、ウォーキングには何が必要か、準備には何があるか、ウォーキング実践 等



あだたら縦走トレッキング!!!

(野地→奥岳) 中級以上

○開催日 6月17日(火)

○集合場所 岳温泉観光協会

○当日日程 7:00 受付(岳温泉観光協会)

7:15 出発(岳温泉観光協会) ⇒ バス移動 ⇒ 8:00 野地温泉登山口 ⇒

9:00 鬼面山 ⇒ 10:30 箕輪山 ⇒ 11:30~12:00 鉄山避難小屋で昼食

⇒ 12:15 鉄山 ⇒ 12:40 牛の背 ⇒ 13:00 安達太良山 ⇒ 14:00 仙女平分岐 ~

14:30 山頂駅 ⇒ ゴンドラ移動 ⇒ 14:40 山麓駅 ⇒ バス移動 ⇒

15:00 岳温泉観光協会

※ゴンドラ運休の場合は山頂駅から奥岳まで徒歩

○参加費 岳クラブ会員 4,500円 一般 5,500円(ガイド・バス代・ゴンドラ・保険料込)

※ゴンドラ運休時も参加費に変更はありません。

○所要時間 6時間(ゴンドラ運休の場合は7時間)

○予約 絶対必要!!!

○定員 20名

○持ち物 雨具・行動食(飴・チョコなど)・飲み物・昼食

※昼食は各自お持ちください。行程が変更になる場合がありますのでご了承ください。

《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

岳クラブ(岳温泉観光協会内)

電話番号: 0243-24-2310

FAX: 0243-24-2911



総合型地域スポーツクラブ「岳クラブ」
totoの助成金を受けて活動しています。