



岳クラブ通信

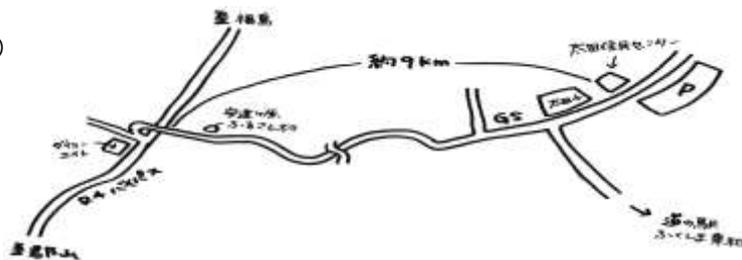
2017年 7月号



東和あじさいウォーク 12km



- 【開催日】7月5日(水)
- 【集合場所】太田住民センター(二本松市太田字堺田 47-1)
- 【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

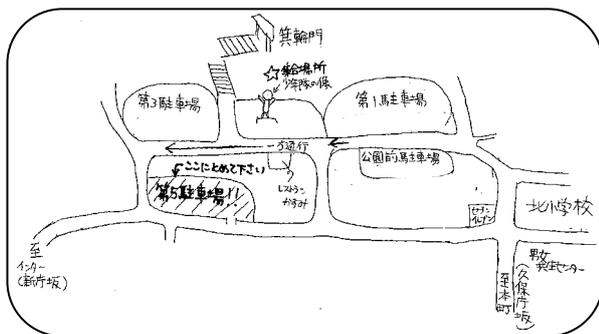


- 【予約】必要!
- 【持ち物】飲み物・行動食(飴、チョコなど)
- 【認定】I V V

【コース】アップダウンの激しいコースです!前半はゆるーく上ったり下ったりの繰り返しの繰り返し、後半は上り坂が続き最後は下り坂が続きます。トレーニングとしては最高のコースだと思います。上り坂が多いけど、あじさいロードを見れば疲れが吹っ飛びます。期間限定のあじさいみんなでお楽しみしましょうね!!

二本松あじさいウォーク 10km・ショートコース 5km

- 【開催日】7月1日(土)
- 【集合場所】霞ヶ城公園第5駐車場(花見ウォークの時と同じ所です。)
- 【駐車場】霞ヶ城公園第5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】I V V

【コース】霞ヶ城公園や智恵子の杜公園のあじさいポイントを巡るコースです。ショートコースもあります!今年のおあじさいの開花状況が心配です...^^;

水のきらめきコース 4.5km & +αコース 10km

- 【開催日】7月29日(土)
- 【集合場所】岳温泉観光協会 2階
- 【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】不要
- 【持ち物】飲み物・行動食(飴、チョコなど)
- 【認定】I V V

【コース】夕日ヶ丘まで登り、立石山の神へ歩きます。+α 10kmコースはそこから牧草地を歩いて観光協会まで戻ってきます。

ヨーガ教室

- 《開催日》7月10日(月)・7月24日(月)
- 《場所》あだたら小学校体育館
- 《時間》19:30~20:45
- 《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
- 《持ち物》入浴セット(ヨガ後に無料で温泉に入れます。)



初心者入門ウォーキング講座



- 【開催日】7月13日(木)
- 【集合場所】岳温泉観光協会
- 【参加費】500円
- 【当日日程】9:30受付開始
10:00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
いるか、ウォーキング実践 等

雄国沼ハイキング

難易度

★★☆☆☆

【開催日】7月15日(土)

【集合場所】雄子沢駐車場

※場所がわからない方はご予約時にお問い合わせください。

【参加費】会員 1,500円 一般 2,000円 (国内旅行保険含む)

【当日日程】8:30~受付開始(雄子沢駐車場)

9:00頃スタート~雄国沼休憩舎

雄国沼湿原~雄子沢駐車場(14:00頃終了予定)

【予約】必要!(3日前までに)

【定員】15名(先着順)

【持ち物】雨具、防寒着、ハイキングに適した靴、着替え、タオル、軽食(行動食)、飲み物、昼食

【コース】雄子沢登山口から緩やかに登り、ブナやミズナラの森をのんびりと楽しめます。

湿原の木道では植物をじっくり観察しましょう!

ニッコウキスゲは7月上旬ですが、見られるかな??



安達太良周回トレッキング♪ 初級~中級

【開催日】7月9日(日)

【集合場所】あだたら高原スキー場レストハウス前(0243-24-2141)

【当日日程】8:00~8:30受付

9:00出発(奥岳登山口)⇒10:30 勢至平⇒11:00 くろがね小屋⇒

12:00 安達太良山山頂(昼食休憩)⇒13:00 下山⇒14:30 山頂駅ロープウェイ

乗車⇒14:50 奥岳到着・解散

※ロープウェイ運休の場合は山頂駅から奥岳まで徒歩

【参加者】岳クラブ会員 4,500円 一般 5,500円(ガイド代・ロープウェイ代・保険料込)

※ロープウェイ運休時も参加費に変更はありません。

【所要時間】6時間(ロープウェイ運休の場合は7時間)

【予約】絶対必要!!(3日前までに)

【定員】20名

※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)

TEL: 0243-24-2310 FAX: 0243-24-2911

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