



岳クラブ通信

2018年 10月号



あだたら縦走トレッキング!! 塩沢⇒奥岳

【開催日】10月20日(土) 【集合場所】岳温泉観光協会

【定員】20名(先着順) 【当日日程】8:00 受付 **中級～上級**

8:15 岳温泉観光協会出発 ～バス移動～ 塩沢登山口からトレッキング開始
 屏風岩 ⇒ くろがね小屋(昼食休憩) ⇒ 峰の辻 ⇒ 沼の平 ⇒ 安達太良山頂
 仙女平分岐 ⇒ 薬師岳 ～ ロープウェイ ～ 奥岳 ～ バス移動～
 14:50 岳温泉観光協会着

【参加費】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。

※予約キャンセルする場合は開催日の3日前から
 キャンセル料(500円/一人)を頂きます。

【所要時間】およそ6時間(ロープウェイ運休の場合は7時間)

【予約】3日前までに要予約

【持ち物】雨具、防寒着、登山に適した靴、着替え、タオル、軽食(行動食)、飲み物、昼食

早稲沢・デコ平ハイキング

西大嶽の中腹に位置するデコ平湿原、環境庁名水百選の百貴清水を巡るコースです。デコ平湿原には、ミスバショウやリュウキンカ、ワタスゲ、レンゲツツジ、エゾオヤマリンドウなど、季節ごとに美しい花々が咲き誇ります。夏にはアサギマダラの飛来もみられる場所です。グランドコの Gondola を利用すれば、手軽にアクセスが可能です(Gondola 山頂駅からデコ平湿原までは約15分)

【開催日】10月13日(土)

【集合場所】グランドコ Gondola 乗り場前

〒969-2701 福島県耶麻郡北塩原村松原荒砂沢山

☎0241-32-2530

【当日日程】8:30～受付開始

9:00スタート

【参加費】会員 3000円、一般 4,000円(保険込み)

※ Gondola 料金含む(往復)

【所要時間】4時間程度

【予約】3日前までに要予約

※予約キャンセルする場合は開催日の3日前からキャンセル料(500円/一人)を頂きます。

【定員】15名(先着順)

【持ち物】雨具、防寒具、ハイキングに適した靴、行動食、飲み物、昼食

年間スケジュールから日程が変更になりました!

10月の月例ウォーキング

長い夏がおわり待ちに待った秋♪食欲の秋、芸術の秋、スポーツの秋！

①山奉行コース11km&+ショートコース5km

【開催日】10月28日(日)

【集合場所】岳温泉観光協会2階

【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

【参加費】会員300円 一般600円

【予約】不要 【認定】IVV

【持ち物】飲み物・行動食(飴やチョコ)・タオル・帽子

【コース】山奉行コース11kmは最初は登り坂が続きますが、登り切ったら平坦なコースで遠くに阿武隈山系も望めます。ショートコース5kmは、溪流沿いを歩く気持ちの良いコースです。



②長距離挑戦会☆20km

【開催日】10月17日(水)

【集合場所】岳温泉観光協会

【当日日程】8:00~8:30 受付
8:45~ 準備体操
9:00 ウォーキング開始!

【参加費】会員300円 一般600円

【予約】必要!! 【認定】IVV

【持ち物】飲み物、軽食(第2グループは昼食)、帽子、タオル

【コース】はじめは平坦な道が続き、風花からパノラマコースの一部を歩きます。ひのき山コースを行き、そのまま山奉行・県民の森コースへ。最後の4kmはゆるい上り坂です。当日はグループ歩行の予定で第1グループは休憩をとりません(小休憩はとります)。第2グループは途中アットホームおおたまの広場で休憩をとりまますので昼食をお忘れなく!



ヨガ教室

《開催日》10月8日(月)
10月22日(月)
《場所》陽日の郷 あづま館
《時間》19:30~20:45
《予約》必要!
《参加費》会員 800円/1回
一般 1000円/1回
《服装》動きやすい服装
《講師》飯田 加寿子 先生

場所が変更になりました。
お間違いのないよう
に!!!!!!



いも煮ウォーク！！

日時： 10月6日（土）
場所： フォレストパークあだたら
時間： 9：00～9：30 受付開始
 9：45～ 準備体操
 10：00 ウォーキング開始
集合場所： フォレストパークあだたら 第4駐車場
参加費： 会員 2,000円 一般 2,500円
定員： 30名
予約： 必要！



申込締切： 9月30日（日） ※定員になり次第締切ります。

フォレストパーク内をウォーキング（6km予定）して、終わり次第いも煮会を行います♪

秋の満腹イベントです。今年は秋空の下、美味しく楽しいウォークになりますように♪

皆さん、てるてる坊主作りましょう！是非この機会に、芋煮を食べながら会員さん同士交流を深めましょう♪

ノルディックウォーキング教室！！

【開催日】 10月8日（月）・10月22日（月）
 11月5日（月）・11月19日（月）
【集合場所】 岳温泉観光協会
【参加費】 会員 300円/回 一般 600円/回
【当日日程】 9：00～9：30 受付
 9：45～ 準備体操
 10：00～ ノルディックウォーキング開始
【予約】 必要！
【講師】 皆川和夫先生
 （INWA公認アドバンスインストラクター）
【持ち物】 飲み物・タオル・帽子
※1回参加から受け付けております。おすすめは毎回参加です！
※ポールはレンタル出来ますので受付の際にお申し付け下さい。



専用のポールを使った新感覚のウォーキング。ポールの使用により歩くスピードがアップし姿勢も良くなります。
上半身も鍛えられ、エネルギー消費も高まり脂肪の燃焼にも効果あり！！

《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）

電話番号：0242-24-2212 FAX：0242-24-2214