



岳クラブ通信

2019年 第4号(10・11月)



10月の月例ウォーキング

フォレスト芋煮ウォーク6km

山奉行コース 5km・11km

【開催日】10月8日(火)

【開催日】10月23日(水)

【要予約】7日前まで。

【予約不要】【IVV認定】

【集合場所】フォレストパーク第2駐車場

【集合場所】岳温泉観光協会2F

【参加費】会員2000円 一般2500円

【参加費】会員300円 一般600円

【当日日程】受付9:00~9:30

【当日日程】受付9:00~9:30

準備体操 9:45~ スタート 10:00~

準備体操 9:45~ スタート 10:00~

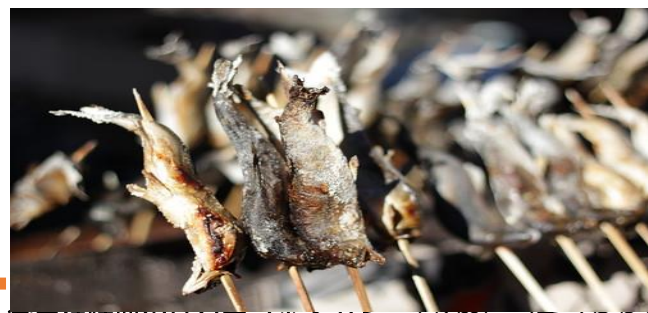
【持ち物】飲み物・行動食・帽子・タオル

【持ち物】飲み物・行動食・帽子・タオル等

【最小人数】10名

コース：フォレストパーク内をウォーキング(6km予定)して、終わり次第芋煮会を行います♪秋の満腹イベントです。秋空の下、気持ちのいいウォークと美味しい芋煮をみんなで楽しみましょう。岩魚や牛串なども美味しい物がたくさん♪

コース：11kmコースはスタートからJICAまで登り坂が続きます。そこを過ぎれば平坦な林道に。阿武隈山系や安達太良山のビューポイントもあります。5kmコースの前半は11kmと同じですが、途中、夏無川沿いを下るコースになります。新緑の中を歩いてたっぷりマイナスイオンを浴びて気持ち良く歩きましょう。



会員様特典の岳クラブポイント・1kmにつき250p加算になります。例えば、10km歩くと250pもらえます。

各イベントに参加しポイントを貯めてコスモ(100p→100コスモ)に交換しましょう。ポイント認定イベントは年間スケジュールにてご確認ください。

◆お知らせ◆

※あづま館バイキング日にち変更

10月19日(土)→11月9日(土)に変更。

※大規模のウォーキング大会が行われる為。

大変申し訳ございませんがご理解のほどよろしくお願いいたします。

※特別イベント

10月27日(日) 二合田用水路探索ウォーク

11月20日(水) 会津歴史探索ウォーク

どちらのイベントも内容盛りだくさんとなっております。



霊山ハイキング

【開催日】10月16日(水) 【要予約】3日前までに

難易度★★★★☆

【集合場所】霊山登山口駐車場 ※りょうぜん紅彩館(伊達市霊山町石田字宝司沢9-1)の先。

☎024-589-2233

【当日日程】8:30~受付開始9:00頃スタート

【参加費】会員1,500円、一般2,000円(保険込み)

【所要時間】4時間程度 【定員】15名(先着順)

※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。

【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

特別イベント!!

二合田用水路探索ウォーク 10km

【開催日】10月27日(日) 【要予約】3日前までに

【集合場所】霞ヶ城駐車場(花見ウォーク・紅葉ウォークの時の駐車場)

【参加費】会員1500円、一般1,800円(保険込)

【当日日程】受付8:30~ スタート9:00頃

【所要時間】4時間程度 【定員】20名(先着順)

※3日前からキャンセル料(500円/一人)発生します。

【持ち物】雨具、防寒具、ハイキングに適した靴、行動食、飲み物

【コース】『二合田用水』は約360年前の江戸時代、二本松藩のお殿様の丹羽光重公が城の防衛や城下町の衛生、防火用水を安達太良山から引くために作られた用水のことです。霞ヶ城から約10kmのコース。用水路の歴史などガイドさんが分かり易く案内してくれます。終了後には百間樋カレーをみんなで食べましょう。



オリジナルカレー



秋のノルディックウォーキング!!

要予約!!

【開催日】10月7日(月)・10月28日(月)

11月4日(月) 11月18日(月)

【集合場所】岳温泉観光協会2階

【参加費】会員300円/回 一般600円/回(ポール貸出含)

【当日日程】受付9:30~ 準備体操9:45~ スタート10:00~

【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・帽子・タオル(バッグはポールを持つので両手が空くものがおすすめ。)

年齢、運動経験、体力水準等に関わらずいつでも、どこでも、誰とでもできる運動です。ノルディックウォーキングのエネルギー消費量はウォーキングの約20%増と言われています。歩く姿勢が良くなり疲れの軽減、若返り効果大です。是非、初心者の方、経験者の方、興味がある方はご参加ください。さあ、秋の紅葉を楽しみながら健康になりましょう。

【開催日】10月7日(月)・10月28日(月)

11月11日(月)・11月25日(月)

【場所】マウント・イン ★会場変更になっています!

【時間】19:30~20:45

【参加費】会員800円/回 一般1,000円/回

【服装】動きやすい服装 【講師】飯田 加寿子 先生

ヨガ教室

【要予約】



★11月の月例ウォーキング★

11月16日（土）

二本松紅葉ウォーク5km・10km

- 【開催日】11月16日（土）【要予約】【IVV認定】
- 【集合場所】霞ヶ城公園第5駐車場（花見ウォークの時と一緒）
- 【参加費】会員 300円 一般 600円
- 【当日日程】受付9:00～9:30 準備体操9:45～スタート10:00
- 【コース】二本松の菊人形が開催中の霞ヶ城公園の紅葉や観音丘陵遊歩道の紅葉を楽しみながら秋の訪れを楽しんで頂きます。



11月27日（水）

旧街道ちよい回りコース7km・13km

- 【開催日】11月27日（水）【IVV認定】
- 【集合場所】岳温泉観光協会【参加費】会員300円 一般600円
- 【参加費】会員300円 一般600円
- 【当日日程】受付9:00～9:30 準備体操9:45～スタート10:00
- 【コース】今年2回目の旧街道ちよい回りコースです！前半は下り坂が多いですが、帰りはずっと登り坂です。ショートコースは立石山の神まで行き、岳温泉内を歩きます。

あづま館バイキングウォーク 5km

- 【開催日】11月9日（土）【要予約】
- 【集合場所】岳温泉観光協会 2階
- 【参加費】会員 2,000円 一般 2,300円（バイキング付）
- 【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
- 【定員】20名程度
- 【持ち物】飲み物・行動食（飴、チョコなど）
- 【コース】

夕日丘展望台を目指して歩く5キロのコース！
ウォーキングが終わったらみんなでバイキング♪
食事をしながら交流を深め温泉で疲れを癒しましょう♪
ぜひ岳クラブが気になっているお友達も誘って参加して下さい。



★★★★★★★★ボランティアスタッフ募集！！★★★★★★★★

下記日程にて300人規模のウォーキング大会が行われる予定です。岳クラブの会員の皆様にコース誘導のお手伝いをいただきたいと思っておりますので是非、ご協力お願いいたします。

【開催日】10月19日（土）3名募集

【集合場所】あだたら体育館

【当日日程】8:00～12:00（予定）【内容】青空満喫コースウォーキング誘導

【応募条件】岳クラブ会員【その他】ささやかですがお礼させていただきます。

【締め切り】10月10日

お電話にて受付いたします

あづまウォーク 7km・10km

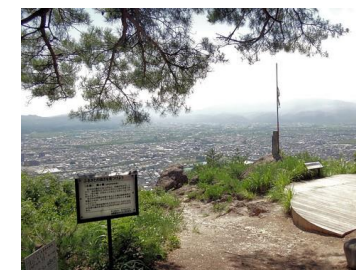
- 【開催日】11月5日（火）【要予約】【IVV認定】
- 【集合場所】あづま総合運動公園大駐車場
TEL024-593-1111
- 【参加費】会員300円 一般600円
- 【当日日程】受付9:00～準備体操9:45～
スタート10:00～
- 【持ち物】飲み物・行動食・帽子・タオル等



コース：アップダウンの少ない歩きやすいコースです。あづま運動公園内のイチヨウ並木を歩き、水林自然林管理事務所の前を通り地蔵原堰堤の大きな川を見て、運動公園に戻ります。水の音を感じる秋の癒しコースとなっております。

信夫山ハイキング

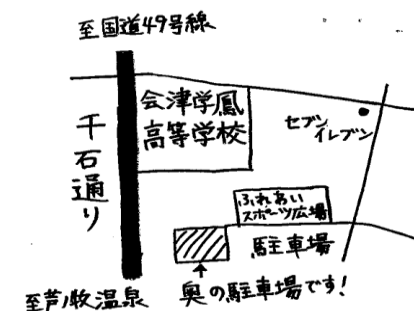
- 【開催日】11月13日（水）【要予約】（3日前までに）
- 【集合場所】信夫山公園駐車場（住所：福島市駒山1）
※（福島護国神社向かい）になります。
- 【当日日程】8:30～受付開始 9:00頃スタート
- 【参加費】会員 1,500円、一般 2,000円（保険込み）
- 【所要時間】4時間程度【定員】20名（先着順）
- ※予約キャンセルする場合は開催日の3日前からキャンセル料（500円/一人）を頂きます。
- 【定員】20名（先着順）
- 【持ち物】雨具、防寒具、ハイキングに適した靴、行動食、飲み物、昼食



特別イベント！！ 平野さんと行く会津歴史探検ウォーク 15km

- 【開催日】11月20日（水）【要予約】（3日前までに）【IVV認定】
- 【集合場所】会津若松市民ふれあいスポーツ広場 駐車場
（福島県会津若松市一箕町大字八幡字八幡2-1）
- 【当日日程】9:00～9:30 受付
9:45～ 準備体操
10:00 ウォーキングスタート！
- 【参加費】会員300円 一般600円
- 【持ち物】飲み物、行動食（飴・チョコ等）、帽子、タオル
- 【コース】歴史情緒あふれる会津若松の街を名所を巡りながら歩きます。前半は平坦な道ですが、後半登りが多めです！観光にきても気づかないような道も通りますよ！

イチオシ



《お問い合わせ・お申し込み》

岳クラブ（岳温泉観光協会内） 〒964-0074 福島県二本松市岳温泉1-16

電話番号：0243-24-2310

FAX：0243-24-2911

岳クラブブログ

<http://dake-club.cocolog-nifty.com/blog/>