

ノルディックウォーキングで参加しよう！

『北摂里山ウォーク』

& 『ありまふじフェスティバル』

日時：10月21日(土)10:00 (少雨決行荒天中止)

集合：JR「三田駅」三田市総合案内所前

参加費：無料

※※皆さんの歩く様子を写真に撮らせていただき、WEB等でアップしますのでご了承ください。

ポールレンタル：500円

※今回は、「北摂里山博物館運営協議会」の主催する『北摂里山ウォーク』と、「県立有馬富士公園」で毎年開催されている『ありまふじフェスティバル』の両方をいっぺんにノルディックで楽しんじゃおう!というお誘いです。

コース紹介

【第1部】10:15～12:00

三田駅10:00→三田市役所(スタート地点)10:15→武庫川河畔→有馬富士公園
(かやぶき民家) 約6km

※参加賞！「さんだうまいもん市」で使える金券

【昼休憩】12:00～13:00

『ありまふじフェスティバル』で各自でランチ
飲食コーナーに「さんだうまいもん市」があります。

【第2部】13:00スタート(希望者のみ)

さらに、そこからアップダウンコース標高差100mを経て、
有馬富士公園(新宮晋風のミュージアム) 約3km

※参加賞！日帰り天然温泉「花山乃湯」
入浴券(先着50名)

ノルディック競技会5年連続
日本一のさっちゃん、
ノルディックの講習実績日本一の
珍しいプロの指導者しんちゃんが
一緒に歩きます！



第1ゴールのイベントで
ゆっくりするもよし！
もうちょい
がんばってみるもよし！



「エヌウォーカー倶楽部」で検索！！
ブログ・Facebookページもご覧ください。

《お問合せ・参加申込み》

たんばエヌウォーカー倶楽部
余田幸美(よでんさちみ)

090-2106-3988

余田幸美

