

ノルディックウォーキングを楽しむ会!
青葉ノルディックウォーキングクラブ(ANW)



平成30年度(30年4月～31年3月)活動予定表

2018/7/19

| 31 | ANW | | | TNW | | | YNWS | KNWC | 体験講習会等 |
|----|--------------|-----------|------------|--------|-----|--------|----------|------------|--|
| | 第二水 | 第三木 | 第四日 | 第一土 | 第二木 | 第三月 | 横浜北NW振興会 | 神奈川健生NW | |
| 4 | 11(二か領用水 観桜) | 19 | 22(総会) | i 7 | 12 | 16 | 29 皇居周遊 | 4/8多摩の春桜巡り | |
| 5 | 9 | 17(SU) | 27 | ii 5 | 10 | 21 | | 5/13隅田川テラス | 5/18・25・27美しが丘西体験講習会 |
| 6 | 13 | 21(SU) | 24 | iii 2 | 14 | 18 | | | |
| 7 | 11(暑気払屋食会) | 19 | 22(簡易体力測定) | 7 | 12 | iv 16 | 8 健康講話 | | |
| 8 | お休み | | | | | | | | |
| 9 | 12 | 20(SU) | 23 | 1 | 13 | v 17 | | | 9/15指導者・更新講習会 |
| 10 | 10 | 18(生田バラ園) | 28 | 6 | 11 | 15 | 23・24諏訪湖 | 10/21湘南片瀬山 | 10/21 勝田(小)体験会 |
| 11 | 14 | 15(SU) | 25(等々力溪谷) | vi 3 | 8 | 19 | | | 11/ONWフェスティバル日産スタジアム 12/1・8・12山内体験講習会 |
| 12 | 12(昼食忘年会) | 20 | 23 | 1 | 13 | vii 17 | | 1 2/2 金沢八景 | |
| 1 | 9(歩幅測定) | 17(SU) | 27 | 5 | 10 | 21 | | | |
| 2 | 13 | 21(大倉山観梅) | 24(健康講話) | viii 2 | 14 | 18 | | | |
| 3 | 13 | 21(花桃の丘) | 24 | ix 2 | 14 | 18 | | 3/17秦野戸川公園 | 3/30指導者・更新講習会 |

★ 集合場所 **7月・9月 ANWは夏時間とし9時集合**

ANW: ビオラ市ヶ尾1階研修室 9時45分集合(受付開始9時30分より)

TNW: 都筑区役所1階ロビー 9時45分集合(受付開始9時30分より)

○体験参加の方は、9時30分迄に集合願います。(¥500) レンタルポール (¥500)

★ 雨天及び雨天が予想される場合は中止致します。お問合せは世話人まで。

ANW: ☎045-912-5026・090-4590-3520 ・ TNW: ☎045-943-1424・080-3501-7348

★ ステップアップ講習(SU) 13時～14時30分 4名以内で行ないます。受講料@500

希望者は世話人まで(事前申込) ☎045-912-5026 ・ 090-4590-3520

★ 入会金 3,000円・年会費 4,000円

★TNW日程注意★

- ※ i 活動報告会
- ※ ii 三保・新治市民の森
- ※ iii 健康講話
- ※ iv 昼食暑気払い
- ※ v ラポート横浜
- ※ vi 横浜にしくまち歩き
- ※ vii 昼食忘年会
- ※ viii 歩幅測定
- ※ ix 簡易体力測定