

# ノルディックウォーキングを楽しむ会！ 都筑ノルディックウォーキングクラブ(TNW)

平成30年度(H30年4月～H31年3月)活動予定

2018/3/1



都筑ノルディックウォーキングクラブ(TNW) 定例会				
月	第1土曜日	第2木曜日	第3月曜日	備考欄
4	7日(土)	12日(木)	16日(月)	07日(土)午後 活動報告会・総会(雨天実施)
5	5日(土)	10日(木)	21日(月)	05日(土)区外活動 => 三保・新治市民の森
6	2日(土)	14日(木)	18日(月)	02日(土)NWの後、健康講話
7	7日(土)	12日(木)	16日(月)	16日(月)NWの後、昼食暑気払い
8	お休み	お休み	お休み	
9	1日(土)	13日(木)	17日(月)	17日(月)ららぽーと横浜
10	6日(土)	11日(木)	15日(月)	
11	3日(土)	8日(木)	19日(月)	03日(土)区外活動 => NWで楽しむ横浜にしくまち歩き!
12	1日(土)	13日(木)	17日(月)	17日(月)NWの後、昼食忘年会
1	5日(土)	10日(木)	21日(月)	
2	2日(土)	14日(木)	18日(月)	02日(土)NWの途中にて歩幅測定
3	2日(土)	14日(木)	18日(月)	02日(土)簡易体力測定後NW、簡易体力測定は雨天時も実施

イベントに関しては、当日の天気・会場予約状況等により変更する事があります事 ご理解願います。

- ★ ANW会員あるいはTNW会員は、ANW & TNW双方の定例会に参加できます。
- ★ 集合場所・時間  
 TNW:都筑区役所1階ロビー 9時45分迄に集合(受付開始9時30分より)  
 ANW:ピオラ市ケ尾1階研修室 9時45分迄に集合(受付開始9時30分より)  
 ANWのみ 7月と9月は、サマータイム適用にて集合時間を9:00迄とします。
- ★ 体験参加の方は、事前準備の必要がありますので 9時30分迄に集合願います。  
 体験参加費用:500円、ポールレンタル:500円を別途申し受けます。
- ★ 雨天及び雨天が予想される場合は中止する場合があります。お問合せは世話人まで。  
 東 (YNWS) 045-941-7624 ・ 090-6014-0585  
 小杉 (TNW) 045-943-1424 ・ 080-3501-7348  
 下司 (ANW) 045-912-5026 ・ 090-4590-3520

- ★ 入会費用 入会金 : 3,000円、年会費: 4,000円
- ★ 都筑NW と 青葉NWクラブの活動に関する情報はそれぞれ  
 ホームページに掲載させて頂いておりますのでご覧頂ければ幸いです。  
 TNW HP=[都筑NWホームページ](http://tnwc.iimdo.com/)  
 ANW HP=[青葉NWホームページ](http://tnwc.iimdo.com/)



都筑区役所



「TNW定例会 都筑中央公園」平成28年01月06日

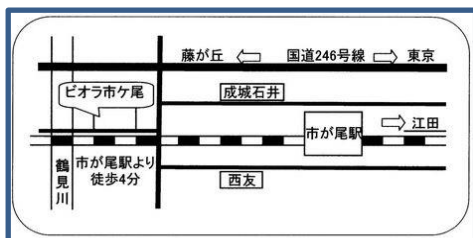
# ノルディックウォーキングを楽しむ会！

## 青葉ノルディックウォーキングクラブ(ANW)

平成30年度(H30年4月～H31年3月)活動予定

月	青葉ノルディックウォーキングクラブ(ANW)定例会			
	第2水曜日	第3木曜日	第4日曜日	備考欄
4	11日(水)	19日(木)	22日(日)	11日(水)二か領用水
5	9日(水)	17日(木)	27日(日)	17日(木)SU
6	13日(水)	21日(木)	24日(日)	21日(木)SU
7	11日(水)	19日(木)	22日(日)	22日(日)簡易体力測定
8	お休み	お休み	お休み	
9	12日(水)	20日(木)	23日(日)	12日(水)等々力溪谷 20日(木)SU
10	10日(水)	18日(木)	28日(日)	18日(木)生田バラ園
11	14日(水)	15日(木)	25日(日)	25日(日)ロコモテスト 15日(木)SU
12	12日(水)	20日(木)	23日(日)	
1	9日(水)	17日(木)	27日(日)	09日(水)歩幅測定 17日(木)SU
2	13日(水)	21日(木)	24日(日)	21日(木)大倉山観梅、24日(日)健康講話
3	13日(水)	21日(木)	24日(日)	21日(木)花桃の丘

ピオラ市ヶ尾はこちら =>



SU=>Step up講習  
希望者は事前に世話人(下司)に申込下さい  
募集人員4名以内  
時間13:00～14:30  
受講料500円

## 都筑&青葉共通

月	横浜北NW振興会(YNWS)	神奈川健生NW(KNWC)	NW講習会など
4	29(日) 皇居周辺をNW	08日(日)多摩丘陵の桜	5/18・25・27 美しが丘西体験講習会
5		13日(日)隅田川テラス	
6			
7			
8			
9			JNWA指導者・更新講習会
10	23(火)～24 諏訪湖周遊NW(10周年記念)	21日(日)湘南片瀬山	
11			NWフェスティバル(日産スタジアム) 11/XX・XX・XX 山内体験講習会
12		02日(日)金沢八景	
1			
2			
3		17日(日)戸川公園おかめざく	JNWA指導者・更新講習会