

# 「芹沢公園」散策 ノルディック&ポールウォーキングの案内

11月4日(火)の定例会は 参加予約制とし、参加者全員で場所を「芹沢公園」に移動して行います。

ウォーキングの後、みんなと一緒に弁当を食べながら芹沢公園の自然を楽しみませんか  
( 弁当は当日、ZNW でご提供します )

日時：2025年11月 4日 (火)

集合：いつもの定例会通り、9:50 までに谷戸山公園に集合、受付を済ませる  
( 会費：300円 レンタルポール：200円)

但し、定例会参加希望者は 下記申込書で、事前に(10月21日まで)参加申し込みを済ませていただくようお願いします。

解散：芹沢公園から戻り谷戸山公園で解散(13時~13時半頃の予定)

コース：谷戸山公園でウォーミングアップ体操後、芹沢公園に向け全員で出発  
公園内は変化に富んでいろいろなコースがあるので、定例会に於ける  
A、B、Cのどの組の方にも楽しめるよう、スタッフがコースを選定します  
芹沢公園でクールダウン体操、一緒に食事をして休憩後、谷戸山公園に戻ります

注意事項：本イベント(11月4日 定例会)の雨天等による 中止か否か のご案内は  
11月1日(土)の夕方までに ZNW HP 掲示板でご案内します  
ご確認をお忘れなくお願いします

連絡事項：11月25日(火) 秦野湧水巡りと出雲大社分祠参拝 イベントを計画しています。  
秦野駅 9:50 集合 13時半頃 秦野駅解散予定  
平坦な道多し 約5.5km程度  
各位 昼食持参  
詳細は追って配布するチラシをご覧ください

----- 切り取り -----

2025年11月4日 芹沢公園散策 NW/PW 申込書 (締切り 10月21日)

氏名 フリガナ記載	電話番号	希望に○
		NW PW