

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

2018/3/5

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	お休み								
9	12(等々力溪谷)	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	
11	14	15(SU)	25(ロコモテスト)	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	3/23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