

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)



令和2年度(2年4月～3年3月)活動予定表

2020/1/10

	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	8(OP横浜公園)	16	26(報告会、懇親会)	* i 4	9	* ii 20			
5	13	21	24(生田バラ園)	2	14	18			
6	10	18	28(OP台場)	6	* iii 11	15		7有明OP	
7	8	16	26(暑気払)	4	9	* iv 20			
8	お休み								
9	9	17(健康NW)	27	5	10	* v 21			9/O指導者・更新講習会
10	14	15	25	3	* vi 8	19		11多摩リバー	
11	11	19(昭和記念公園)	22	7	12	16	OP(国立競技場)		11/O NWフェスティバル 11/O・O・O山内体験講習会
12	9(江戸城内堀、食事会)	17	27	5	10	* vii 21			
1	13	21	24	2	14	18		17増上寺・有栖川公園	
2	10	18	28(健康講話)	* viii 6	11	15	本牧、三溪園		
3	10	18	28	* ix 6	11	15		7江の島	3/O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: ☎045-903-0379・090-9681-7283 ・ 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 5,000円

★TNW日程注意★

- * i 里山ガーデン
- * ii 活動報告会
- * iii ハンマーヘッド
- * iv 昼食会
- * v ララポート
- * vi 里山ガーデン
- * vii 昼食会
- * viii 歩幅測定
- * ix 体力測定