

「地域ぐるみで体験の風をおこそう」運動

徳地の郷ノルディックウォーキング



とくち
～徳地の風を感じて。里山めぐり～

もっと
健康に

自然を
感じて

みんなで
ワイワイ

開催日

ノルディックポールは自然の家から貸し出します(無料)

① 平成 28 年 10 月 15 日 (土)

自然の家周辺 (トレイルランニングコース) 約 8 km

② 平成 28 年 11 月 12 日 (土)

野谷集会所・野谷の石風呂・愛鳥林・佐波川ダム
船路八幡宮コース 約 7 km

③ 平成 29 年 3 月 4 日 (土)

徳地島地^{しまち}・月輪寺^{がちりんじ}コース 距離 約 7 km



主催

やまぐちワクワク体験プロジェクト実行委員会

共催

森林セラピー山口 森の案内人

集合場所

国立山口徳地青少年自然の家 集合

日程

9 時 30 分～受付開始

10 時 ～

説明

ウォーミングアップ

スタート地点までバス移動

ノルディックウォーキング

ゴール後、自然の家までバス移動

※ 10 月 15 日 自然の家周辺コースのみ、バス移動はございません。

15 時頃

解散予定

※ 雨天時は中止します。雪の場合コース変更をして実施します。

中止の場合は、前日の 17 時に判断し、お電話や電子メール等でご連絡いたします。

※ ノルディックウォーキング初心者の方は、9 時 40 分までにお越しください。

ポールの使い方や歩き方などの講習を行います。



募集人数 各回 20名 先着順 親子・一般(7~8km 歩ける方ならどなたでも)

参加費 200円(教材費, 保険料)

※ 保険は国内旅行傷害保険です。

(死亡・後遺障害 165万円, 入院1日あたり1,500円 通院1日あたり1,000円)

持ち物 昼食, 帽子, 水筒, タオル, リュック, 手袋(軍手で可), 長袖・長ズボン,
普段使い慣れた運動靴, レジャーシート(昼食時用)

※ノルディックポールをお持ちの方は, ご持参ください。

申込先 国立山口徳地青少年自然の家 (担当 益田)

〒747-0342 山口市徳地船路 668

TEL 0835-56-0113 FAX 0835-56-0130

※電話、メール、FAXでお申し込みください。

FAXの場合は, 下の「参加申込書」をご使用ください。



○事業中のケガ・事故等については, 応急処置はしますが, 各人の責任においてご参加ください。

○事業中に撮影した写真を, 本所の広報資料やチラシ等に使用させていただく場合があります。

[個人情報の取扱について]

事業運営や当該参加者との連絡などに利用するものであり, 本人の同意を得ず, それ以外の目的に使用したり,
第三者へ提供することはありません。

徳地の郷ノルディックウォーキング 参加申込書

①10/15(土) ②11/12(土) ③3/4(土)

氏名(ふりがな)	年齢	性別	住所	電話番号	ポール貸出	経験の有無
					要・不要	有・無
					要・不要	有・無
					要・不要	有・無
					要・不要	有・無
					要・不要	有・無