

丹波でノルディックウォーキング♪

桜ウォーク

3Days

1. たんば桜ウォーク大杉ダムとプチランチ

4月7日(土) 10:00~13:00 ※少雨決行荒天中止

集合時間と場所：9:45。市島町「ひなたぼっこカフェ」
市島大杉ダム周辺ノルディックウォーキング
「ひなたぼっこカフェ」さんでプチランチ
参加費：2,200円※別途ポールレンタル500円

「ひなたぼっこカフェ」
兵庫県丹波市市島町上鴨坂853-2
電話：0795-78-9610



2. たんば桜ウォーク黒井川桜並木

4月7日(土) 14:30~16:30 ※少雨決行荒天中止

集合時間と場所：14:15。アルティ2階 bee ハウス
黒井川周辺桜ノルディックウォーキング
参加費：1,000円※別途ポールレンタル500円

3. たんば桜ウォーク黒井川桜並木とダッチオープンランチ

4月8日(日) 10:00~15:00 ※少雨決行荒天中止

集合時間と場所：9:45。アルティ2階 bee ハウス
黒井川周辺から山田地区ノルディックウォーキング
「丹波食の会」宇津江さん宅でダッチオープンランチ
参加費：3,500円※別途ポールレンタル500円



4. たんば桜ウォーク氷上町桜づつみ街道・午前

4月9日(月) 10:00~12:00 ※少雨決行荒天中止

集合時間と場所：9:45。四季彩館
氷上町桜公園周辺ノルディックウォーキング
参加費：1,000円※別途ポールレンタル500円

「四季彩館」
兵庫県丹波市氷上町犬岡467-1
電話：0795-82-8766

5. たんば桜ウォーク氷上町桜づつみ街道・午後

4月9日(月) 14:00~16:00 ※少雨決行荒天中止

集合時間と場所：13:45。四季彩館
氷上町桜公園周辺ノルディックウォーキング
参加費：1,000円※別途ポールレンタル500円

7・8日
おばあちゃんの里
オープン記念イベント

黒井城址登山

8日
川代公園さくら祭り

服装：動きやすい服装とシューズ、帽子
持ち物：飲み物、タオル、手袋、(レインウェア)
※ノルディックウォーキングは両手にポールを持ちますので
持ち物はウエストバックやリュックに入れて下さい。
講師：N-Walker 倶楽部 代表 藤川真司
(日本ノルディックウォーキング協会公認指導員)
サポート・・・たんば N-Walker 倶楽部 よでん、たき

◎生活習慣病など持病のある方は、事前に掛かり付け医にご相談の上ご参加ください。
◎少雨でも開催しますが、参加の判断は体調などを考え、ご自身でお願いします。

※参加ご希望の方は4月4日までに

- ・お名前
- ・連絡のとりやすい電話番号
- ・参加を希望されるイベント名
- ・参加人

をお知らせください

「お申込み・お問合せは」

たんば N-Walker 倶楽部
余田 幸美 (よでんさちみ)
兵庫県丹波市春日町黒井366-2
090-2106-3988

こちらのお店でも
お申込み頂けます

タグチスポーツさん
兵庫県丹波市氷上町本郷318-8
ゆめタウンの近く
0795-82-4566

ビーハウススポーツさん
兵庫県丹波市春日町黒井1555
ショッピングセンターアルティ2階
0795-70-3746