



北茨城の
大自然で
心と体を
リフレッシュ!



北茨城市観光ナビゲーター
「あんちゃん」



北茨城市イメージキャラクター
「こうちゃん」

第7回

北茨城市

NORDIC WALKING

07
th

ノルディックウォーキング

日帰り参加可能

2018
10/20(土)21(日)

- 参加費/1,000円(2日間)
※当日のお支払いとなります。
※1日のみ参加の場合でも1,000円となります。
- 含まれるもの/プログラム参加料、レンタルポール
- 募集人員/500名
- 集合場所/1日目:公共の宿マウントあかね
2日目:漁業歴史資料館よう・そー
- 申込締切日/10月12日(金)

- イベントスケジュール
- 【1日目】山間部
コースI:花園紅葉ルート(約6km) 初級者向き
コースII:花園紅葉ルート(約11km) 上級者向き
- 【2日目】臨海部
コースIII:二ツ島を見ようルート(約6.5km) 上級者向き
コースIV:文化・歴史を感じようルート(約7km) 初級者向き
- ※両日共に、2コースから1つお選び頂けます。

1日目の参加者
全員プレゼント
(スタート前)
新米を使ったおにぎり
(ゴール後)豚汁

ノルディック ウォーキングとは?

2本の専用ポールを使って歩くことにより、身体のおよそ90%の筋肉を使用することができ、通常のウォーキングに比べエネルギー消費量が平均20%も上昇します。ポールを持つことにより膝への負担が軽くなるため、リハビリや介護予防、生活習慣病予防対策として年齢・性別・身体能力に関係なく幅広い方々に楽しんでいただくことができます。世界40カ国以上で1000万人の方が愛するフィットネススポーツです。

ゴール後にタニタ食堂特製スイーツをプレゼント!
その他、タニタヘルスリンクとのコラボイベントも開催します。

第7回 北茨城市 ノルディックウォーキングのご案内

実施日 2018 10/20(土)21(日)

- 参加費/1,000円(2日間)
※当日のお支払いとなります。
※1日のみの参加の場合でも1,000円となります。
- 含まれるもの/プログラム参加料、レンタルホール

- 募集人員/500名
- 集合場所/1日目:公共の宿 マウントあかね
2日目:漁業歴史資料館 よう・そー
- 申込締切日/10月12日(金)

10/20(土) 山間部 行程表

コース I 花園紅葉ルート(初級者コース)

- 12:30 ● 受付 ...マウントあかね
- 13:00 ● 開会式 ...マウントあかね
- 13:40 ●
- 13:50 ●
- 14:15 ● スタート ...水沼ダム
- 15:15 ● 花園もーる
- 15:45 ● ...花園神社
- 17:15 ● マウントあかね

コース II 花園紅葉ルート(上級者コース)

...花園神社

10/21(日) 臨海部 行程表

コース III ニツ島を見ようルート(マスターコース)

- -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
- ...磯原ニツ島

コース IV 文化・歴史を感じようルート

...平潟港

ノルディックウォーキング参加者向け宿泊・バスプラン

JTBが企画・実施する募集型企画旅行となります。

ご旅行期間 2018年10月20日(土)~21日(日) ※ノルディックウォーキング参加費(1,000円)は別

食事:なし



申し込み方法

インターネット又は電話にてお申し込み下さい。

◎インターネットの場合

JTB茨城南

検索

◎お電話の場合

【電話番号】029-860-2872 【営業時間】月~金曜日 9:30~17:30
【申し込み先】(株)JTB茨城南支店「第7回 北茨城市 ノルディックウォーキング」係
【住所】〒305-0032 つくば市竹園2-2-4 第2・ISSEビル3階
【総合旅行業務取扱管理者】遠田 勇人 【担当】栗山 美有紀

旅行企画・実施

株式会社 JTB

観光庁長官登録旅行業第64号
日本旅行業協会正会員
東京都品川区東品川2-3-11

