

第10回スノーシューイングの集い開催要項

冬の大自然をフィールドに、誰でも気軽に親しめるアクティビティとして人気の「スノーシューイング」は、冬場の健康づくりに役立つノルディックフィットネススポーツです。

徳舜警山の裾野にある洞窟に、厳冬期のみ発生する「氷筍」の観察を楽しむスノーシューイングツアーです。ノルディックウォーキングに限らず、一般の方でスノーシューを楽しみたい方も、是非ご参加ください。

1. 主催: NPO法人日本ノルディックウォーキング学校・大滝ノルディックウォーキング協会
2. 集合場所: 日本ノルディックウォーキング学校 事務局(藤田)
伊達市大滝区優徳町 64-10 (当日は道路沿いにフラッグが立っています)
3. コース: 伊達市道優徳円山線の終点に車を駐車します。
その地点を発着点として、円山洞窟の氷筍を眺めに行く特設コースです。
(概ね片道2.2kmで、昼食を含み往復3時間00分を予定)

4. 日程 2024年2月17日(土曜日)

悪天候の時は中止

緊急事態宣言下など強い要請がある時は中止

9:15～ 9:30 集合・受付

※受付終了後、各自「直火焼きホットサンドの準備」

9:45～10:00 出発地点へ移動

10:00～10:10 オリエンテーション(用具の準備確認・昼食準備)

10:10～10:20 ウォーミングアップ

10:20 特設コース 出発 (途中休憩あり)

11:30～ 氷筍洞窟到着(予定)

昼食(直火焼きホットサンドを食べる)

12:00 復路出発(途中休憩を含む)

～13:15 駐車場到着(予定)

13:15～13:30 クーリングダウン・用具の整理等、解散

5. **参加対象:** 健康で野山を3時間程度元気に歩ける体力のある方。
(小学4年生以上。小学生は、保護者同伴で参加のこと。)
6. **参加料** 会員 500 円 非会員 1,500 円(中学生以下 1,000 円)当日受付で徴収。
7. **用具のレンタル** 1,000円 (スノーシューとポールセット)8セット限定
(S 仕様 15kg~40kg 靴サイズ~22.0cm, M 仕様 40kg~80kg
靴サイズ 22.5cm~24.0cm, L 仕様 120kg まで 25.0cm~28.0cm)
8. **持ち物:**スノーシュー
ノルディックウォーキングポール(またはゲレンデスキー用ポール)
※1 飲み物~厳冬期の飲み物は温かい飲み物を持参ください。
※2 使用済み牛乳紙パック(1リットル)1個~展開しないもの。
※3 リュックサック
9. **服装** 冬山を歩く服装
10. **昼食** 直火焼きホットサンド(昼食代 300円徴収します)
※角食2枚の片面にマヨネーズを塗ってボンレスハム・チーズを挟んで2つにカット。アルミホイルで包み牛乳パックに入れ燃やします。
11. **運営者** NPO 法人日本ノルディックウォーキング学校
スノーシューイング指導講師が担当します。
12. **定員** 15名(予定)※定員になり次第締め切ります。
13. **申込期限:**2024年2月12日(月曜日)厳守
14. **申し込み方法:** 1)e-mail、または電話で申し込みください。
2)電話番号(当日連絡がとれる番号)
3) レンタルスノーシュー&ポール希望の方はサイズ(S/M/L 等)

その他 事務局の近隣にセイコーマートがあります。

事務局 申込・問い先

NPO法人日本ノルディックウォーキング学校 事務局

〒052-0311 北海道伊達市大滝区優徳町 64 番地 10(藤田気付)

[TEL]080-4043-6106(藤田) [E-mail] japan.nordicwalking.school@gmail.com