

ノルディックウォーキングで訪ねる



あしがら乳業牛乳工場見学 震生湖・中井町健康づくりコース



主催：(社)神奈川健生 ノルディックウォーキングクラブ(KNWC)
協賛：タカナシ乳業株式会社 協力：あしがら乳業株式会社

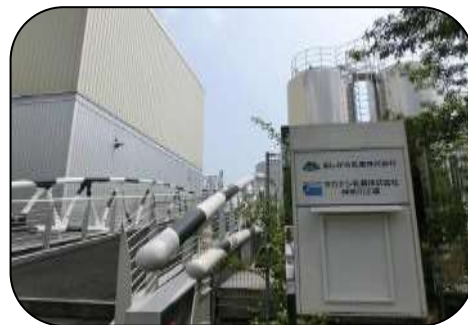
ノルディックウォーキングのようなちよつときつめの運動の後に飲む牛乳は、血液量を増やし熱中症対策や運動器機能増強にも効果があるとされています。

秦野市の丘陵に関東大震災で生まれた震生湖を經由し、中井町の整備された中井中央公園までのウォーキングを楽しみます。途中、あしがら乳業(タカナシ乳業グループ会社)に立ち寄り、製造工程の見学で牛乳の知識を学び、あるく&ミルクの体験をしませんか！

集合場所：小田急・秦野駅改札口 (雨天中止：申込先に問合せ)
日時：平成25年10月29日(火)9時45分集合 (受付：9:15～)
参加費：無料 (レンタルポールは別途500円) **募集締切：10/15(火)**
募集人数：40名 (申込順 定員になり次第しめきり)



静かな震生湖は癒されます



あしがら乳業(株)正面



運動公園もある中井中央公園

【コース】 秦野駅～今泉名水桜公園～白笹稲荷～震生湖(3.5km)～中井町・里やま休憩所(計6.5km)(昼食休憩)～あしがら乳業(見学)～中井中央公園(解散：14時半頃)(計約9km・震生湖までは登り道ですが、後は下り道です)
※解散後は、「中井中学校前」バス停(約5分)まで案内。(秦野駅南口行き、約20分)

申込先・問合せ先：梶田洋治(TEL/FAX:046-254-9831)(E-mail:kajita430118y@yahoo.co.jp)

※ポールの要/不要を申請して下さい。

服装等：ウォーキングできる服・靴で両手が空くようにリュックで来て下さい。

持参品：弁当、飲料水、タオル、薄手の手袋、雨具、敷物、保険証等

10/29「あしがら乳業工場見学、震生湖・中井町健康づくりコース」NW申込書

氏名	電話番号	ポールの要/不要
		要 不要

【コース概要】(歩行距離：約9km)

小田急・秦野駅集合(9:45) 駅横の公園でウォーミングアップ(10:00) 発 ⇒ **今泉名水桜公園** ⇒ **白笹稲荷**



秦野には沢山の湧水地があり今泉は桜公園になっています。関東三大稲荷の白笹稲荷はパワースポットです。
秦野の街、丹沢の展望満喫の丘陵の登り⇒関東大震災でできた**震生湖** ⇒ **中井町・里やま休憩所【昼食】**



大山を始め街並みの素晴らしい眺望を楽しみながら震生湖に到着。木の香る里やま休憩所で持参弁当の昼食。

⇒ **あしがら乳業(株)【見学】(13:00~13:45)** ⇒ **中井町・中井中央公園【クールダウン・解散】**



山間にあるあしがら乳業は正門のバラでの出迎えです。工場見学後は中井中央公園まで行き解散。

タカナシ
はっらっミルク
アクティブシニアのためのミルク
好評発売中!
N-アセチルグルコサミン1000mg
コンドロイチン含有ムコ多糖100mg

タカナシ
はっらっミルク
N-アセチルグルコサミン1000mg
コンドロイチン含有ムコ多糖100mg