



ノルディックで行く鎌倉散策ウォーク!! **参加歓迎!!**

# 鎌倉(天園ハイキング)絶景ウォーク

経験者  
歓迎!!

最少催行人数: 5名

詳しくは、Webへ: <http://nordic-walk-tama.com/>

アクティブ、感動。。。五感を刺激し、紅葉に囲まれて歩きませんか!?

## 祇園山・天園ハイキングコースを巡る!! 紅葉の癒し!!



天園ハイキング

小町通り

建長寺

絶景で心もリフレッシュ!!

紅葉

建長寺

天園ハイキング

祇園山ハイキング

七福神

小町通り散策

贅沢に2つのハイキングコースを一挙に! 絶景・紅葉に癒されて?! 小町通りでも発見があるかも!?

開催日時

**2014年11月16日(日) ※小雨決行**

時間: 9:00-16:30 (集合時間: 8:45)

(集合: 解散: JR 横須賀線・北鎌倉駅改札)

※お時間のある方は、鎌倉周辺でお茶しませんか!?(解散後時間延長)

参加費

**4,000円** (ガイド料&保険料含む) 自費: 交通費、拝観料等

早割特価

10月26日までにお申し込みの方 500円割引

(昼食持参)

レンタルポール: 別途 500円 (お申込み時ご連絡)

持ち物

歩きやすい服装と靴、水分補給飲料、帽子、タオル、着替え、雨具  
飲み物・タオルなどを入れるザック・ウェストポーチ、**防寒対策**等

参加申込

下記、内容を明記の上、メールまたはFAXでお申込願います。

**※お申込み締切: 11月3日(月祝)**

[メール] [nordic-walk@tama.eeyo.jp](mailto:nordic-walk@tama.eeyo.jp)

[FAX] 042-378-2169 (内容を「参加申込書」に記入し送信願います)

[内容] 件名: NW多摩

本文: 参加日、お名前、ご住所、電話番号、NW以外の運動歴、生年月日等

約 15km

難度: 中

エスケープ可能

Gelateria  
A Brigante



ウォーキング後に  
スイーツ!!



<お問い合わせ> ノルディック・ウォーク多摩 目崎(めさき)

公式ホームページ: <http://nordic-walk-tama.com/>



090-2634-8826



## 【参加申込書】

# ノルディックで行く鎌倉散策ウォーク！！ 鎌倉（天園ハイキングコース）絶景ウォーク

開催日時：

**2014年11月16日(日) 9:00-16:00**

お名前 \_\_\_\_\_

ご住所 〒 \_\_\_\_\_

お電話番号 \_\_\_\_\_

生年月日 \_\_\_\_\_

運動歴 \_\_\_\_\_

メールアドレス \_\_\_\_\_

レンタルポールは必要でしょうか？(いずれかに ○ を)

1. レンタルポールを借用する
2. ポールを持参する