

ノルディック  
ウォーキングで地元を歩こう

おいしく

# ノルディックウォーキング部

【日時】 2017年

花山本沢編

6月13日(火) 10:30~12:00

【初めての方】 無料レッスン(10:00から30分間)

- ★初めての方、初心者向け
- ★初めての方に無料レッスン有り
- ★無料でポールを貸し出し
- ★オプションでおいしい昼食



ノルディックウォーキングは、クロスカン트리ースキーの選手たちが、夏の間の体力維持・強化トレーニングと行なっていたもので、専用のポールを使って歩く全身運動です。

オプションは「坊の蔵」の美味しい蕎麦のフルコース♪



## “歩いて” “食べる” プログラム

ノルディックウォーキングで地元のイトコ口を歩き、歩いた後は地元で食べるプログラムです。開催の度に参加者を募集します。

今回は豊かな農村景観と花が咲く蕎麦畑が広がる花山本沢地区を約4km歩き、オプションで「農場蕎麦 坊の蔵」の「花の山・川フルコース」を昼食に食べます。



「農場蕎麦 坊の蔵」は、自家栽培、自家製粉のそば屋さんです。挽きたて、打ちたて、茹でたての蕎麦のほか、自家栽培や栗原産にこだわったコース料理を楽しめます。国道398号から金沢方面に入り、さらに右折すると看板があります。通常は4人以上からの予約制です。

- 【参加費】 1,000円(傷害保険料を含む)
- 【内容】 花山本沢地区を約4km歩きます。白い花が咲く蕎麦畑や田んぼ、花山湖の眺めを楽しめます。JNWA公認インストラクターと歩きます。
- 【集合場所】 道の駅・路田里はなやま「自然薯の館」駐車場(〒987-2511 花山字本沢北ノ前112-1) ※場所が分からない場合は、電話でご相談を受けます
- 【持ち物】 運動に適した服装・靴、雨具、帽子、飲料水、手袋、タオル、着替え、ポール(お持ちの方) ※ポールの無料貸出有り
- 【昼食(オプション)】 ※希望者のみ。申込時に予約を承ります。場所: 農場蕎麦 坊の蔵 昼食代: 2,000円 ※参加費と別 時間: 12:00~13:30
- 【定員】 10人
- 【申込締切】 6月9日(金) 正午まで ※定員になり次第締切

<< 主催(申込・問い合わせ先) >>

一般社団法人

くりはらツーリズムネットワーク

〒989-5504 宮城県栗原市若柳字上畑岡敷味45番地

Tel/Fax 0228-24-8588

Email kurihara.tn@gmail.com URL <http://ktnpr.com/>

FB <https://www.facebook.com/kuriharatourism>



<< 協力 >>

農場蕎麦 坊の蔵 後藤 菊子



GOOD DESIGN