

安達太良登山

山の日を記念しての登山です。夏の安達太良山に登りませんか

とき **8月12日(月)**
(山の日振替休日)



※荒天で中止の場合は、申込者に午前6時に電話連絡いたします。

☆ 対象 おおたまスポーツクラブ会員及び大玉村に住んでいる方または勤務している方

☆ 募集人数 20名程度 (注意)登山としては初心者コースです。

☆ 持参する物 ・リュックサック ・昼食 ・飲料水 ・雨具 ・帽子 ・手袋
・衣類(寒いときに着るもの、着替えなど) ・その他各自必要なもの

☆ 集合、解散場所 奥岳駐車場

☆ コース及び予定時間

8:30奥岳駐車場集合⇒9:00登山開始⇒ゴンドラリフト⇒薬師岳(休憩)9:30⇒
11:00頂上着(昼食)⇒12:00下山⇒13:00くろがね小屋⇒14:30奥岳駐車場解散

☆ 参加費 スポーツクラブ会員 中学生以上 1,000円 子供 4歳以上小学生以下500円
会員外 中学生以上1,500円 子供4歳以上小学生以下1,000円 (いずれも傷害保険代含)
当日奥岳にて会費徴収

☆ けが、その他の事故は1日保険の適用範囲となります。

☆ 申込締切日 8月2日(金)

主催：おおたまスポーツクラブ 共催：大玉村教育委員会

〒969-1302 大玉村玉井字西庵183 TEL 0243-48-3139 FAX 0243-48-3493

安達太良登山参加申込書

会員番号	
------	--

氏名	年齢	住所	☎	備考

あなたの体力年齢は??

スポーツテスト (新体カテスト)

ご自分の体力年齢をご存知ですか？

6種目のテストを実施することで、ご自分の体力年齢を知ることができます。

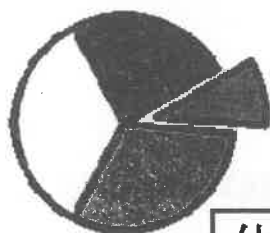
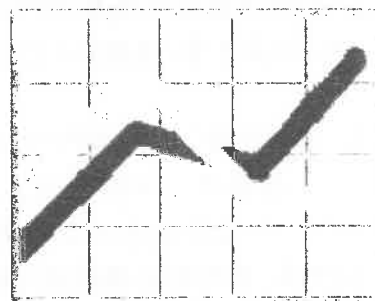
ぜひ、この機会に現在の体力を測定してはいかがでしょうか？

(スポーツクラブ会員の過去のデータは保存してありますので、前回のものと比較できるようになっております。)

【開催日時】 8月18日(日)

9:30~12:00

【開催場所】 大玉村民体育館



【対象者】 一般村民及び
スポーツクラブ会員

体育館用シューズを持参し、運動のできる服装で
おいでください(熱中症予防のため飲み物等)

※体力年齢を判定するプログラムは20歳~64歳用のものを使用しますが、どなたでも参加可能です。

主催 **おおたまスポーツクラブ** 共催 **大玉村教育委員会**

〒969-1302 大玉村玉井字西庵 183 (農村環境改善センター内)

TEL 0243-48-3139 Fax 0243-48-3493