

中京大学体育研究所主催

2017年度 ノルディックウォーキング教室のご案内

この度は、中京大学体育研究所主催ノルディックウォーキング教室にお申し込みいただき、誠にありがとうございます。以下に10月14日(土)、11月11日(土)の教室についてご案内いたします。

○持ち物について

- 汗拭き用のタオル、休憩時に羽織ることのできる上着(ウインドブレーカーなど)、帽子、着替え(汗をかきやすい方)をリュックサックやデイ・パックなどにまとめてお持ち下さい。
- 汗をかいても動きやすい服装で、女性の方はストッキングなどを避け、靴下を履いてご参加下さい。
- 履き慣れた靴で歩いて下さい。運動靴やトレッキング・シューズが歩きやすいでしょう。
- 天候次第では、雨具(レインコート・傘)をご用意下さい。

○参加費について

参加費の300円(参加費は参加回数に関係なく一律)は初日の受付時に申し受けます。

お釣りの無いようご用意下さい。受付は毎回教室を始める30分前より開始いたします。

※2回目のみ参加の方は、2回目に申し受けます。

○水分について

飲料用の水分は毎回ご用意下さい。目安として一人あたり0.5リットル以上必要です。

ミネラルウォーター、スポーツドリンク、お茶のいずれかを推奨いたします。

○荒天中止の決定について

当日の朝7:00の時点で大雨や暴風の場合は中止にいたします。小雨の場合は開催いたしますが、こちらの判断により中止する場合もございます。中止の場合は、7:00の時点で体育研究所ホームページの「お知らせ」に掲載いたします。

ホームページで確認ができない場合は、7:00以降に担当者**鈴木**の携帯 080-6944-0064 までお問い合わせ下さい。当日の可否についてご案内させていただきます。

○荒天中止となった場合の予備日について

10月14日(土)が中止となった場合の予備日は10月15日(日)となっております。また、11月11日(土)が中止となった場合は11月12日(日)を予備日とさせていただきます。

※予備日も場所は変わりません

※1回目(中京大学)教室が10月15日(日)となった場合、スケートリンク見学が出来ない場合があります

○ポールについて

ノルディックウォーキング用のポールをお持ちの方は、ご自身のポールを持ち込んで使用していただけます。ポールをお持ちでない方には無料で貸出しをいたしますので、お気軽にお声がけください。

日時／コース／距離	集合場所／駐車場	参加料	昼食
1回目 10月14日(土) 『中京大学豊田キャンパス』 9:30～11:30 (講習45分、実技60分 約3kmコース)	中京大学多目的グラウンド	300円	ウォーキング中にまとまった昼食休憩はありません (軽食の持参可)
	別紙参照		
2回目 11月12日(土) 『鞍ヶ池公園』 9:30～11:30 (約4kmコース)	西駐車場		
	別紙参照		

○各回の集合場所、駐車場については別紙をご参照下さい。

1回目 中京大学豊田キャンパス集合場所 (多目的グラウンド)

- A 正門
- B 西門
- C 南門
- D 東門
- E 工作工房棟
- F バスターミナル
- 1 1号館 (本館)
- 2 2号館 (食堂)
- 4 4号館 (教室棟)
- 5 5号館 (小体育館)
- 6 6号館 (大体育館)
- 7 7号館 (武道館)
- 8 8号館・8号館東館 (教室棟)
- 9 9号館 (研究棟/現代社会学部
国際教養学部)
- 10 10号館 (図書館)
- 11 11号館 (研究棟/工学部)
- 12 12号館 (球技体育館・レクリエーション専用体育館)
- 13 13号館 (温水プール・アクアジウム)
- 14 14号館 (スポーツ科学部中央棟)
- 15 15号館 (人工知能高等研究所)
- 16 16号館 (研究棟/工学部)
- 17 17号館 (教室棟)
- 18 18号館
- 19 19号館 (プラザ棟)
- 20 20号館 (教室棟)
- 21 21号館 (教室棟)
- 22 22号館 (アイスアリーナ)
- 23 23号館 (クラブハウス・宿舎)
- 24 24号館 (サブリンク)



1回目 中京大学豊田キャンパスウォーキングマップ



2回目 鞍ヶ池公園集合場所

集合場所：西駐車場



駐車場内の道路側(★のあたり)にご集合ください

住所／豊田市矢並町法沢714-5
電話／0565-80-5310

2回目 鞍ヶ池公園ウォーキングマップ

