



**月刊 UWC ニュース**  
Ushiku Walking Club News

発行 : 牛久ウオーキングクラブ  
 発行者 : 会長 飯塚 幸雄  
 牛久ウオーキングクラブ 検索  
 連絡先: 岡田 090・3475・0971

**7月定例会など**

| 開催日     | コースなど  |
|---------|--|
| 7月2日(日) | <p><b>「いばらき元気ウオークの日」</b>(牛久市と共催)<br/> <b>三日月橋さくら散策コース</b> HR240<br/>                     5.6km</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・会員集合場所: 中央生涯学習センター</li> <li>・集合時間: 7時50分<br/>牛久運動広場に車で相乗り移動、8時</li> <li>・一般参加者受付: 午前8時30分</li> <li>・実施時間 : 午前9時～12時</li> <li>スタート/フィニッシュ : 牛久運動広場</li> </ul>  |
| 2日(日)   | <p>運営委員会</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・場所: 中央生涯学習センター</li> <li>・時間: 13時～</li> </ul>  |
| 9日(日)   | <p><b>例会休み</b><br/>                     アサヒビール見学(12日)に振り換え</p>   |
| 12日(水)  | <p><b>アサヒビール守谷工場見学</b><br/>                     (スーパードライ発売 30周年記念)<br/> <b>夏だ!ビールだ!「公園巡り・アサヒビールウオーキング」参加者募集(限定50名)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・歩行距離: 約8km</li> <li>・集合場所: JR 牛久駅改札口</li> <li>・集合時間: 午前7時50分<br/>8時09分発 上り後方4両目乗車</li> <li>・行程: 新守谷駅→立沢公園→大山公園→板戸井公園→やまゆり公園→四季の里公園→アサヒビール 11:00より見学→見学・試飲後バスで守谷駅・午後1時過ぎ現地解散→各自帰路</li> </ul> |
| 16日(日)  | <p><b>例会: 休み</b></p>   |
| 23日(日)  | <p><b>一般向けウオーキング教室</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・集合場所: 中央生涯学習センター大講座室</li> <li>・会員集合時間: 8時30分</li> <li>・一般受付: 8時40分</li> <li>・講座開始: 9時</li> </ul> <p>講座終了後、ウォームアップストレッチ後 シャトー通り散策コースをウオーキング、終了後に修了証書授与式</p>  |

|        |  |
|--------|--|
| 29日(土) | <p><b>牛久かっぱ祭パレード参加</b><br/>                     パレードは午後5時から7時30分頃まで(詳細は広報うしく参照)やっぺやっぺで楽しい一時を..参加者募集中</p> <p>山車の組み立て7/28(金)午前8:00～古宇田さん宅にて、飾り付け29日(土)8:30～行います(同日ビニール袋で凍らした氷2袋持参)</p> <p><b>会員の皆様の積極的参加とご協力をお願い致します</b></p> |
| 30日(日) | <p><b>シャトー通り散策コース</b> HR 068</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・集合場所: 中央生涯学習センター</li> <li>・集合時間: 7時00分 距離3.8km</li> <li>・例会後、山車の片付けを行いますのでご協力をお願い致します</li> </ul>  |

**第11回つくばウオークに参加して**

6月3・4日につくばウオークに参加しました。第1日目つくば山までの30kmコースです。天候は良すぎる程で、雄大な筑波山から宝きょう山までの山並みを仰ぎ見ながらの楽しいウオークでした。30km完歩する。第2日は25kmコースの立哨をする。様々なウオーカーの歩みから自らのウオークに大いに参考になりました(S)

・つくば国際ウオーク大会の参加者数 6月3日948人、6月4日1065人 合計2013人でした

**お知らせ**

8月6日(日)の「いばらき元気ウオークの日」は市健康づくり推進課と協議の結果「夏休み」とすることに決定いたしました。

但し、当クラブでは通常通り**定例会**を実施致します

**7月から9月はBグループです**

リーダー入江(利)、サブリーダー鈴木(広)、遠山(和)、坂本、渡辺(吉)、竹内、井上が担当です。