

第81回 【2013年4月1日 月曜日】



Walking

『伊豆歩倶楽部』会報

伊豆歩の歌 詠み人知らず

歩歩歩（ふふふ）の歩（ふ）
緩歩で観歩
歩歩歩（ほほほ）の歩（ほ）
歩歩笑美（ほほえみ）
伊豆歩は 歓歩で完歩

■平成25年度 新規会員募集中！！

<平成25年4月1日～平成26年3月31日>

【会費】 継続会員 2,000円/年 家族会員 1,000円/年
新規会員 3,000円（入会金 1,000円 年会費 2,000円/年）
日本ウオーキング協会 正会員 10,000円/年 維持会員 2,000円/年

【納入方法】 郵便振替用紙にて『通帳番号10150-記号57680821 伊豆歩倶楽部』宛に納入して下さい。
※例会等へ現金を持参の方は、封筒にお名前・入金額を記入の上、伊豆歩倶楽部の受付へお渡してください。

■第126回 伊豆歩倶楽部 4月例会

第15回 伊豆早春フラワーウオーキング

「第14回 伊豆松崎なまこ壁と桜のツーデーマーチ」

- ・日本市民スポーツ連盟認定大会
- ・オールジャパンウオーキングカップ認定大会
- ・東海・北陸マーチングリーグ公認大会
- ・元気に歩こう1800ウオーク認定大会

- *「なまこ壁コース」 松崎を代表する芸術、なまこ壁を見ながら静岡県棚田十選に認定されている石部の棚田、国指定重要文化財の岩科学校を楽しむ。
- *「那賀川桜コース」 松崎海岸を通り那賀川沿いに咲くソメイヨシノと、水田の農閑期を利用した50,000m²の花畑を楽しむコースとなっています。

【日程】 2013年4月6日（土）・7日（日）

【集合場所】 松崎小学校体育館

【参加費】 100円 *伊豆歩倶楽部の会員は、必ず伊豆歩倶楽部受付で参加登録をお願いします。尚、参加確認の為、2日間参加される方は2日間共受付をして下さい。

【コース】 ※天候等諸条件により、時間が変更になることがあります。

日程	コース名	コース	受付	出発式	スタート	ゴール予定
4月6日(土)	なまこ壁 コース	20・30Km	8:30	9:15	9:30	12:00
		10Km	9:00	9:45	10:00	
4月7日(日)	那賀川桜 コース	20Km	8:00	8:45	9:00	16:00
		10・15Km	9:00	9:45	10:00	

※伊豆歩倶楽部会員は、必ず名札を見える所に付け、マイカップを持参して下さい。

【問合わせ】 伊豆早春フラワーウオーキング実行委員会

TEL 0558-42-1177 FAX 0558-34-2071

■予告

・名称 「第4次 21世紀の朝鮮通信使 ソウルー東京 日韓友情ウオーク」

・主催 (社)日本ウオーキング協会 (社)韓国体育振興会

・期間 2013年4月1日～5月20日(50日間)

・伊豆歩倶楽部担当コース

2013年5月17日(金) 12時箱根・大学駅伝ゴール地点発～17時小田原駅予定(20Km)
一般会員も参加出来ます。予定に入れておいて下さい。

■静岡県ウォーキング協会 第9回合同ウォーキング大会 開催！！

歩くという、誰でもどこでも取り組める基本的な運動を通して、環境への配慮、地域の活性化、健康増進、国土の資源再発見、食の見直しなど、世代を超えた地域社会の活性化を伴った、明るい健全な社会づくりのウォーキングが県民に浸透するよう努めるとともに、県ウォーキング協会加盟団体の会員相互の親睦をはかることを目的とする。

- ・大会名：次郎長の生誕地・港町清水と三保の松原を巡るウォーク
- ・主催 静岡県ウォーキング協会
- ・後援 日本ウォーキング協会
- ・認定 日本市民スポーツ連盟 静岡県マーチングリーグ ウォーク日本1800
- ・開催日 平成25年5月12日（日） 雨天決行
- ・集合場所 JR清水駅東口広場 【受付時間：8時30分～9時30分／出発式：9時30分／
出発時間：10時】
- ・参加費 静岡県ウォーキング協会加盟団体会員は無料
一般参加者 500円【傷害保険、地図など含む】
中学生以下は無料
- ・参加申込 事前申込不要。当日集合場所で受付時間内に申込む。
- ・コース <24Kmコース>
清水駅東口（スタート）⇒ 追分羊かん大曲天[WC] ⇒ 清水船越堤公園[昼食・WC]
⇒ 天王山遺跡 ⇒ 羽衣の松[WC] ⇒ 御穂神社 ⇒ 陸上競技場 ⇒ 梅陰禅寺
⇒ 次郎長生家 ⇒ エスパレスドリームプラザ[WC] ⇒ 清水駅東口（ゴール）
<15Kmコース>
清水駅東口（スタート）⇒ 追分羊かん大曲天[WC] ⇒ 清水船越堤公園[昼食・WC]
⇒ 天王山遺跡 ⇒ 陸上競技場 ⇒ 梅陰禅寺 ⇒ 次郎長生家 ⇒ エスパレス
ドリームプラザ[WC] ⇒ 清水駅東口（ゴール）
※当日の天候・歩行ペース等により変更する場合があります。
- ・ゴール予定時間 JR清水駅東口 16時
- ・歩行形態 団体歩行

ゴール後、親睦会の開催も予定しております。是非、多くの会員の方の参加をお願い致します。

◆◆例会報告◆◆

■第124回 伊豆歩俱樂部 2月例会報告

- ・第15回伊豆早春フラワーウォーキング 第15回記念 河津桜ツーデーマーチ
2013年2月9日（土） 天気：晴れ / 2月10日（日） 天気：晴れ

	30Km	20Km	10Km	合計
伊豆東浦路コース	107人	156人	158人	421人
ジオサイトコース		209人	163人	372人
	107人	365人	321人	793人

- ・伊豆歩俱樂部会員は、一日目139人、2日目134人でした。
今年、河津桜の開花が遅く、ちらほら咲いている桜を探すことになりました。東京「練馬大根娘」たちの檄をうけて元気に出発。「河津桜の原木」は、いつもなら最初に咲くのですがまだつぼみでした。今井浜海岸は天気が良くととっても気持ちがよかったです。桜は見られませんが、砂浜を歩くというのは、河津らしいコース設定です。自然豊かな早春の風景を楽しみながら歩きました。

【報告：渡辺芳男】

■第125回 伊豆歩俱樂部 3月例会報告

・第15回伊豆早春フラワーウォーキング 第13回 南伊豆菜の花ツーデーマーチ
2013年3月2日(土) 天気:晴れ / 3月3日(日) 天気:晴れ

	24Km	14Km	10Km	合計
白砂弓ヶ浜コース	87人	110人	122人	343人
石廊崎磯コース	37人	77人	157人	271人
	124人	187人	279人	614人

・伊豆歩俱樂部会員は、一日目42人、二日目37人でした。

晴天と満開の桜が歓迎してくれました。今年の南伊豆ツーデーは、おもてなし力を入れていました。受付には「コーン玉子スープ」が登場し、美味しくて人気がありました。そして出発前の体察は、町の健康推進員の方々による「きよしのズンドコ節」に乗せての健康体操です。会場は、わきアイアイに盛り上がっていました。そして檜は、女性4人組によるものでした。女性が引き立つ出発式でよかったです。

スタート。それはそれはすばらしい光景でした。満開の桜の下をウォーカーが進んでいく。南伊豆の春らしいウォーキングのスタートでした。2日目20kmでのおもてなしを紹介します。①走雲峡「鳥めしおこぎり」、②石廊崎灯台「桜あんぱん」、③ひもの屋さん「甘酒」、④南崎保育園前「ポンカン」、⑤下流天草倉庫「のりの味噌汁」、⑥南伊豆漁協「ところてん」、⑦風未来「おしるこ」「コーヒー」「お菓子」、⑧銀の湯会館「温泉タマゴ」。おもてなしでお腹がいっぱいになりました。来年も続けてほしいです。

今回のツーデーには、地元中学生の協力がたくさんありました。受付等も中学生ボランティアがおこなってくれました。これまでと違って特徴のある、南伊豆ツーデーマーチで、すばらしかったです。

【報告: 渡辺芳男】

事務局便り

【ご確認ください!】

・平成25年度会費未納の方は、会報発送はこの号をもって終了となります。5月に会報が届かない方は、会費未納の可能性ありますので至急ご確認ください。

・ホームページアドレス <http://www.wizuhorclub.com>

・メールアドレス info@izuhorclub.com

・投稿記事その他ご意見・ご感想をお寄せ下さい。『伊豆歩俳壇』・『いずみ歌留多』・『伊豆歩歌壇』にも一句・・・皆様のご参加をお待ちしています。

※会報への投稿は、毎月20日までお願い致します。それ以降に届いた原稿は次号にてご案内させていただきます。

・伊豆歩俱樂部部 TEL 0557-44-0728 (邊津)

【発行 伊豆歩俱樂部事務局】

【ウォーキングの感想・いずみ歌留多・伊豆歩俳壇投稿先: FAX06-6958-4333 伊豆歩俱樂部事務局・本田幸美 宛て】

下田市吉佐美 ペンション ゲストハウス アーヴァン

吉佐美大浜駐車場目の前の好立地☆ 『海洋浴』で心も体もリフレッシュ!!
サーフィン・ボディボードなど海を楽しみたい方や、ウォーキングライフを応援します☆
カップル・家族・グループ旅行にご利用下さい。お気軽にお問合わせください。
※「第15回 伊豆早春フラワーウォーキング」に参加予定のウォーカー限定のプラン有。

1泊2食付き 7000円 お一人様からご案内OK! 素泊り可☆

GW・夏休みのご予約も承り中!!

静岡県下田市吉佐美2620 0558-23-2635

<http://www.e-urvan.com> info@e-urvan.com



風光明媚な吉佐美大浜☆

一緒にウォーキングを楽しみましょう!!