

NORDIC WALKING in Minamishinsyu

ノルディックウォーク 2012

in 南信州

1.6

金曜日

3.19

月曜日

全9回

冬季
開催

南信州（駒ヶ根市、飯島町、中川村）の爽やかな自然、歴史、文化などの見どころに感動しながら、ノルディックウォークで楽しく健康になろう！
また、温泉や地産料理でのんびりリラックス！冬の南信州を満喫しましょう！

冬も歩こう！



特典 全コース 元気に歩いてプレゼント

全コースにそれぞれ地元産のお土産をプレゼント！

料金 お1人様 **2,500円** (税込) ~ **8,400円** (税込)

※各コースの料金については、裏面を参照ください。

申込み ホームページ **ご予約申込フォーム** 又は 裏面 **FAX 申込用紙**

※開催日3日前までにお申込みください。定員(10名)になり次第締め切らせていただきます。

主催 田舎自然ポータルサイト **ぶらっふ** ノルディックウォーク事業部 TEL:0265-86-4216

協賛 お宿 陣屋、ホテルやまぶき、望岳荘、聖徳寺、南アクアロマン、米澤酒造株式会社、本坊酒造株式会社、信州ファクトリー、内堀醸造株式会社、キッチンガーデンたぎり、割烹 天七、いろいろなかがわ亭、足湯茶屋 東右衛門、やまだや保翁、山のパン屋さん、ガーデンカフェ かたつむり、タイ家庭料理 ティンの店 アゲイン

コース日程

飯島ステージ	①	6日(金)~7日(土)	▶ 光前寺初詣と新春そば
飯島ステージ	②	7日(土)~8日(日)	▶ どんと焼きと新春そば
中川ステージ	③	14日(土)、15日(日)	▶ イチゴ狩りと赤白そば
駒ヶ根ステージ	④	3日(金)	▶ 七銘石とウイスキー工場
駒ヶ根ステージ	⑤	4日(土)	▶ 雪上結婚式参列と温泉
飯島ステージ	⑥	23日(木)、24日(金)	▶ 神社仏閣巡りとお酢工場
駒ヶ根ステージ	⑦	2日(金)、3日(土)、4日(日)	▶ 自然探訪と光前寺そば
中川ステージ	⑧	16日(金)、19日(月)	▶ 自然探訪と地産ランチ
中川ステージ	⑨	17日(土)、18日(日)	▶ 自然探訪とタイ料理

詳しくはWEBで <http://www.buratto-map.net/>

ぶらっふ

検索

ノルディックウォーク in 南信州のご案内

事前申込制 各回定員 **10名**
3日前までにお申込ください

コース紹介 ※コース内に記載されている料金は大人(中学生以上)の金額です。

飯島 ステージ	コース① 光前寺初詣と新春そば	参加費 お1人様	NW + 昼食 + 切符 2500円 1500円 140円	4,140円 <small>(税込)</small> <small>(宿泊代は含まれておりません)</small>	開催日 集合場所 お宿 陣屋	2012年 1月 6日(金) 13:30 受付 / 14:00 出発 7日(土) 8:00 受付 / 8:30 出発 <small>2日間のセットコースです。宿泊先は下記諸注意をご覧ください。</small>
飯島 ステージ	コース② どんと焼きと新春そば	参加費 お1人様	NW + 昼食 + 切符 2500円 1500円 140円	4,140円 <small>(税込)</small> <small>(宿泊代は含まれておりません)</small>	開催日 集合場所 お宿 陣屋	2012年 1月 7日(土) 13:30 受付 / 14:00 出発 8日(日) 8:00 受付 / 8:30 出発 <small>2日間のセットコースです。宿泊先は下記諸注意をご覧ください。</small>
中川 ステージ	コース③ イチゴ狩りと赤白そば	参加費 お1人様	NW + イチゴ狩り + 昼食 2500円 1500円 1500円	5,500円 <small>(税込)</small>	開催日 集合場所 望岳荘	2012年 1月 14日(土) 8:00 受付 / 8:30 出発 15日(日) 8:00 受付 / 8:30 出発 <small>全日とも同コースで開催します。</small>
駒ヶ根 ステージ	コース④ 七銘石とウイスキー工場	参加費 お1人様	NW 2500円	2,500円 <small>(税込)</small>	開催日 集合場所 ホテルやまぶき	2012年 2月 3日(金) 12:30 受付 / 13:00 出発
駒ヶ根 ステージ	コース⑤ 雪上結婚式参列と温泉	参加費 お1人様	NW + 昼食 + バス + 温泉 2500円 1500円 3800円 600円	8,400円 <small>(税込)</small>	開催日 集合場所 ホテルやまぶき	2012年 2月 4日(土) 8:00 受付 / 8:30 出発
飯島 ステージ	コース⑥ 神社仏閣巡りとお酢工場	参加費 お1人様	NW + 昼食 2500円 1500円	4,000円 <small>(税込)</small>	開催日 集合場所 お宿 陣屋	2012年 2月 23日(木) 8:00 受付 / 8:30 出発 24日(金) 8:00 受付 / 8:30 出発 <small>全日とも同コースで開催します。</small>
駒ヶ根 ステージ	コース⑦ 自然探訪と光前寺そば	参加費 お1人様	NW + 昼食 + 観光 + 温泉 2500円 1500円 200円 600円	4,800円 <small>(税込)</small>	開催日 集合場所 ホテルやまぶき	2012年 3月 2日(金) 8:00 受付 / 8:30 出発 3日(土) 8:00 受付 / 8:30 出発 4日(日) 8:00 受付 / 8:30 出発 <small>全日とも同コースで開催します。</small>
中川 ステージ	コース⑧ 自然探訪と地産ランチ	参加費 お1人様	NW + 昼食 2500円 1500円	4,000円 <small>(税込)</small>	開催日 集合場所 望岳荘	2012年 3月 16日(金) 8:00 受付 / 8:30 出発 19日(月) 8:00 受付 / 8:30 出発 <small>全日とも同コースで開催します。</small>
中川 ステージ	コース⑨ 自然探訪とタイ料理	参加費 お1人様	NW + 昼食 2500円 1500円	4,000円 <small>(税込)</small>	開催日 集合場所 望岳荘	2012年 3月 17日(土) 8:00 受付 / 8:30 出発 18日(日) 8:00 受付 / 8:30 出発 <small>全日とも同コースで開催します。</small>

- 参加資格
国籍、性別を問わず健康で規則やウォーキングマナーの守れる方。小学生以下は保護者又は引率者の、身障者は介助者の同伴が必要です。
- 参加費(1日あたり)
参加費のNWはノルディックウォーク冬季特別価格の2500円です(通常価格3500円)。子供(小学生以下)についてのNW料金は500円です。NW料金の中には傷害保険料とノルディックウォークボールレンタル料が含まれています。
参加を取り消されても参加費については請求させていただきます。ご了承ください。
- 持ち物
参加登録証、水筒、雨具、防寒具、帽子、手袋、健康保険証等必要に応じてご用意願います。
- 免責の範囲等注意事項
参加者の事故については、主催者は傷害保険に加入している範囲内の責任しか負えませんので、ご了承ください。
自然条件、災害、道路工事等により、コース、大会時間、その他を変更することがあります。
参加者は、一般的なウォーキングマナーを遵守するとともに、当日に都度お話しする諸注意を必ず守ってください。
- 参加申込方法

本用紙にご記入の上で FAX送信 (FAX:0265-86-4206)、またはインターネットにてお申込願います。参加のお申し込み後にこちらより参加登録証、宿泊協力ホテルのパンフレットやコース詳細資料等をお送りします。
申込のメチについては、保険手続きの関係上、開催日の3日前までとさせていただきます。
○宿泊協力ホテルのご案内
各ホテルとも本プランにご協力を頂いております。宿泊をご希望の方は、下記記載の各ホテルに直接お申し込みください。
なお、各ホテルには本プラン独自の特典をご用意頂く予定にしております。また、対象日には主会場への送迎を予定しております。

●宿泊協力ホテル

お宿 陣屋(飯島)	宿泊プラン	: 13,000円 (一泊二食付 2名様から)	TEL:0265-86-5757
		: 8,300円 (一泊朝食付 2名様から)	※1名様でご予約の場合+1,000円
ホテルやまぶき(駒ヶ根)	宿泊プラン	: 15,000円~(一泊二食付)	TEL:0265-83-3870
望岳荘(中川)	宿泊プラン	: 9,450円~(一泊二食付)	TEL:0265-88-2033
		: 6,300円~(一泊朝食付)	

ノルディックウォーク in 南信州 申込書 FAX:0265-86-4206

●お名前 ●ご住所 〒

●お電話 ●メールアドレス

●ご希望コース

●参加人数 大人(中学生以上) 人 子供(小学生以下) 人
※小学生以下の参加者は、必ず保護者又は引率者の同伴が必要です。

コース① 1月 6日(金)~7日(土)	<input type="checkbox"/>	コース② 1月 7日(土)~8日(日)	<input type="checkbox"/>
コース③ 1月 14日(土)	<input type="checkbox"/>	コース③ 1月 15日(日)	<input type="checkbox"/>
コース④ 2月 3日(金)	<input type="checkbox"/>	コース⑤ 2月 4日(土)	<input type="checkbox"/>
コース⑥ 2月 23日(木)	<input type="checkbox"/>	コース⑥ 2月 24日(金)	<input type="checkbox"/>
コース⑦ 3月 2日(金)	<input type="checkbox"/>	コース⑦ 3月 3日(土)	<input type="checkbox"/>
		コース⑦ 3月 4日(日)	<input type="checkbox"/>
コース⑧ 3月 16日(金)	<input type="checkbox"/>	コース⑧ 3月 19日(月)	<input type="checkbox"/>
コース⑨ 3月 17日(土)	<input type="checkbox"/>	コース⑨ 3月 18日(日)	<input type="checkbox"/>

※ノルディックウォーク in 南信州に参加をご希望の方は、申込書に必要事項をご記入又は を入れていただき、ファックスでお申し込みください。