

ノルディック
ウォーキング
in て ん り
2 0 1 7

めぐみ
めぐり
て ん り

山の辺の道を歩くのって、
こんなに楽しいんだ。



毎年恒例
この時期だけの
「ずっこけ説法」

2017
11/25 土

料金:有料

定員:先着30名(※小学生以上)

申込:10月17日(火)~11月17日(金)

ノルディックウォーキング de ピクニック

～れきし めぐる てんり～

(約8km)

天理駅前広場コフフン(9:30~9:45集合【予定】)→石上神宮→山の辺の道→天理市
レイルセンター付近(ランチ)→長岳寺→JR柳本駅(15:30時頃)

内容:

- おいしい!と評判の「洋食 Katsui 山の辺の道」による特製お弁当
- この時期しか聞けない!長岳寺での地獄絵図の説法
- なるほど楽しい!地元の観光ボランティアガイドによる案内



●詳細・申込・お問い合わせ

右横のQRコード、もしくは下記へ電話・FAX・Eメールにてお申込み下さい。

てくてくてんり実行委員会事務局(天理市産業振興課)

TEL: 0743-63-1001 (内線 207)

FAX: 0743-62-2880

E-MAIL: tekutekutenri@city.tenri.lg.jp



※詳細については、天理市ホームページで確認下さい。 ※キャンセルは、イベント当日の2日前までに必ずご連絡下さい。

山の辺の道を歩くのって、こんなに楽しいんだ。



2017

9/9 土

料金:3,000円(運賃は別途)
定員:先着30名
申込:8月1日(火)~8月31日(木)

ノルディックウォーキング de 健康キレイ ~美しくめぐりてんり~

(約9km)

天理駅前広場コフフン(9:30~9:45集合)→(電車)→JR長柄駅→二ノ瀬池→山の
の道→石上神宮→農家カフェけやき(ランチ)→天理駅前広場コフフン(15時頃)

内容:

- 奈良県眺望 100 選、大和平野一望の「二ノ瀬池」
- 管理栄養士による食事のワンポイントアドバイス
- ゴール後には、クールダウンヨガ & 特製スイーツ

天理大学大学院生監修
野菜たっぷり
健康ランチ



※イメージ図

2018

1/27 土

料金:有料
定員:先着30名
申込:12月19日(火)~1月19日(金)

ノルディックウォーキング de 健康キレイ ~冬にめぐりてんり~

(約13km)

天理駅前広場コフフン(9:30~9:45集合[予定])→石上神宮→樺本公民館(ワークショップ)
→伝・山の辺の道→タニタ食堂(高井病院内)(ランチ)→JR樺本駅(解散)(15:30時頃)

内容:

- 日本最古の宮・石上神宮を参拝。
- カロリー少なく満腹に! タニタ食堂(高井病院内)にてランチ
- 当日のお楽しみ! ワークショップ

タニタ食堂で
健康ランチ



※イメージ図

※天候等の理由により、予告なくコースを変更する場合がありますのでご了承ください。

●詳細・申込・お問い合わせ

右横のQRコードにてお申込みいただくか、
裏面の連絡先にお問い合わせ下さい。



※詳細については、天理市ホームページでご確認下さい。 ※キャンセルは、イベント当日の2日前までに必ずご連絡下さい。