



堀金・穂高地区

平素より国営アルプスあづみの公園の運営にご理解、ご協力賜り厚く御礼申し上げます。園内では、コヒガン・エドヒガンなど早咲きの桜が咲き始め、本格的な春が訪れています。今回ご紹介する内容は、初開催の「ナノハナ健康ウォーキング教室」と、ウォーキング教室に合わせて配布する「健康ウォーキングマップ」についてです。

初開催！楽しく健康的に歩こう！ナノハナ健康ウォーキング教室

今年新登場の500万本のナノハナの開花に合わせて、ウォーキング教室を開催いたします。松本大学人間健康学部スポーツ健康学科の方からご協力をいただき、健康的で効率的な歩き方のレクチャーを受けて、起伏に富んだナノハナ畑のコースを約1時間かけて楽しくウォーキングを行うことができます。



- ◇開催日：4月23日(日)・30日(日)
- ◇時間：10:00～12:00
- ◇集合：ガイドセンター(中央口)
- ◇受付：当日申込
- ◇定員：先着50名
- ◇参加費：無料(別途入園料必要)
- ◇協力：松本大学人間健康学部
スポーツ健康学科

※写真はイメージです

健康ウォーキングマップ配布

ナノハナ畑を巡りながら、歩いた距離と、消費カロリーがわかるウォーキングMAPを配布します。記念撮影におススメのフォトスポットも紹介します。マップは岩原口と堀金口スタートの2種類です。

- ◇開催期間：4月22日(土)～5月7日(日)
- ◇配布場所：里山文化ゾーン 岩原口・堀金口
- ◇参加費：無料(別途入園料必要)
- ◇協力：松本大学人間健康学部スポーツ健康学科

～開花情報～ (4月18日現在の様子)

桜：5分咲き



チューリップ：2分咲き



ナノハナ：咲き始め



つきましては、皆様にはご多忙中のことと存じますが、取材並びに記事掲載のほど、よろしくお願い申し上げます。

【お問合せ】 アルプスあづみの公園管理センター 堀金・穂高地区 企画・広報担当：遠藤・竹迫・池嶋

TEL：0263-71-5511 FAX：0263-71-5512 〒399-8295 長野県安曇野市堀金烏川33-4
公園ホームページ：<http://www.azumino-koen.jp>
フェイスブック：<https://www.facebook.com/alpsazumino.HH>