

## 常陸大宮市のスポーツクラブひたまる 25 との 合同ノルディックウォーキング

4月5日、常陸大宮市のスポーツクラブひたまる 25 と合同のノルディックウォーキングを、水戸市の七ツ洞公園で実施しました。

「七ツ洞」とは「七ツ洞の横穴」、7世紀初頭のものと考えられている「権現山横穴群」に由来します。また、2012年公開、圧倒的な興行収入の大ヒット映画“テルマエ・ロマエ”のロケ地の一つで、上戸彩さん（山越真実役）が古代ローマにタイムスリップする井戸、北村一輝さん（ケイオニウス役）が女性と密会した“秘密の花苑”など、多くのシーンで使われました。

公園内の駐車場わきの広場に集合。

見ごろのソメイヨシノに囲まれて、開会式と準備運動。



準備運動、歩き方の基本練習。本格的歩き始める前、公園内で集合写真を撮る。

そして、ウォーキングをスタート。



公園を出て、早春の風を感じて、田起こしの進む水田地帯を歩く。少し汗ばんできた。



小場用水端で予定コースの半分を歩いたところで一休み。

再スタート、常磐高速道路をこえて、畑地帯をぬけ、公園に戻ってきた。



公園内を歩く。池の堤を歩き、小川沿いの小道を歩いて、井戸をめざす。



公園の北端の井戸に到着。



出発した駐車場わきの広場に引き返す。  
残りはわずか。最後のひと頑張りのギアを入れる。



池端の道を広場へと戻る。



無事広場に到着。



新型コロナウイルス感染拡大が心配される中でのノルディックウォーキング。  
いつもと少し違って、会話を少なくしたり、マスクをしたり、  
**Social distancing** を保つべく注意したりでした。  
一日でも早く、感染拡大が抑制されることを願い、解散しました。  
お疲れ様でした。

以上