

春はほのぼの鷹巣山 山菜登山

4月21日(土) 行われました♪

天候に恵まれ、総勢26名で山菜登山して来ました！
最初にウォーミングアップを兼ねて『ノルディック・ウォーキング』の講習会も行いました。
とても好評で、登山にも引き続きポールを使って登られる方も居ました。
山菜も待っていたかのように採り頃で、参加者の皆さん、我を忘れて無我夢中で採取してました♪
下山後は、楽しいお喋りと共に天ぷらにして美味しく頂きました(^ ^)
佐伯総合スポーツ公園の魅力をもた一つ知って頂き、楽しんで頂けた事が何よりです。



参加者の皆さん☆ありがとうございました！