

ひたちなか市内中学区別
ノルディックウォーキングコース

2018年2月

ひたちなか市スポーツ推進委員会

もくじ

はじめに・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1 ページ

【中学区別 コース一覧】

一中学区・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2～4 ページ

二中学区・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5 ページ

三中学区・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6 ページ

佐野中学区・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7～8 ページ

大島中学区・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 9 ページ

田彦中学区・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 10 ページ

那珂湊中学区・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 11～12 ページ

平磯中学区・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 13 ページ

阿字ヶ浦中学区・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 14～15 ページ

はじめに

この「ひたちなか市内中学区別ノルディックウォーキングコース」はひたちなか市スポーツ推進委員により，ノルディックウォーキングをより身近に感じていただけるよう作成したものです。コースはノルディックウォーキング非公認のコースではありますが，皆様が気軽にノルディックウォーキングを実施できると思われるコースを，各中学区別にまとめました。是非この「ひたちなか市内ノルディックウォーキングコース」をご活用いただき，皆様が今後ともノルディックウォーキングを継続していただければと思っております。

なお，安全面には配慮したコースになっていますが，道路に面したコースがあるため実施する場合は十分にご注意くださいますようお願いいたします。

ひたちなか市スポーツ推進委員会

一中学区



コースの特徴	歩道も広く，コースの途中に中根上野公園もあるので休憩をとることもできます。		
アクセス	スタート地点：勝田一中コミュニティセンター		
距離	3.3 km		
所要時間	約45分		
舗装の有無	あり		
車両横断	あり		
トイレ	2か所	内 訳	公 衆 1 公 共 施 設 1

一中学区



コースの特徴	運動公園内のため、安全に歩くことができる周回型コース。春には桜を見ながら歩けます。		
アクセス	車（駐車場有）・電車（勝田駅より900m）・徒歩 スタート地点住所：ひたちなか市石川町		
距離	一周700m		
所要時間	一周10分程度		
舗装の有無	あり		
車両横断	なし		
トイレ	2か所（近くにコンビニ有）	内 訳	公 衆 1 公 共 施 設 1

一中学区



コースの特徴	スタート(那珂川グランド)→堤防道路を東へ→下水浄化センター前付近で折り返し 途中舗装が無い道があるので注意が必要ですが河川敷なので車両等の心配もなくコースもストレートなのでわかりやすいコースとなっております。		
アクセス	駐車場はありますが那珂川グランドの利用者優先になります。 スタート地点住所：ひたちなか市那珂川河川敷グランド		
距離	約4 km		
所要時間	約50分		
舗装の有無	あり		
車両横断	なし		
トイレ	なし	内 訳	公 衆 施 設

二中学区



コースの特徴	枝川周辺の那珂川河川敷を歩くコース。 河川敷なので景色も良く気持ちよく歩くことができます。		
アクセス	駐車場なし・徒歩 スタート地点住所：ひたちなか市立枝川小学校付近河川敷		
距離	片道2～3km程度		
所要時間	約30～40分		
舗装の有無	あり		
車両横断	なし		
トイレ	なし	内 訳	公 衆 施 設

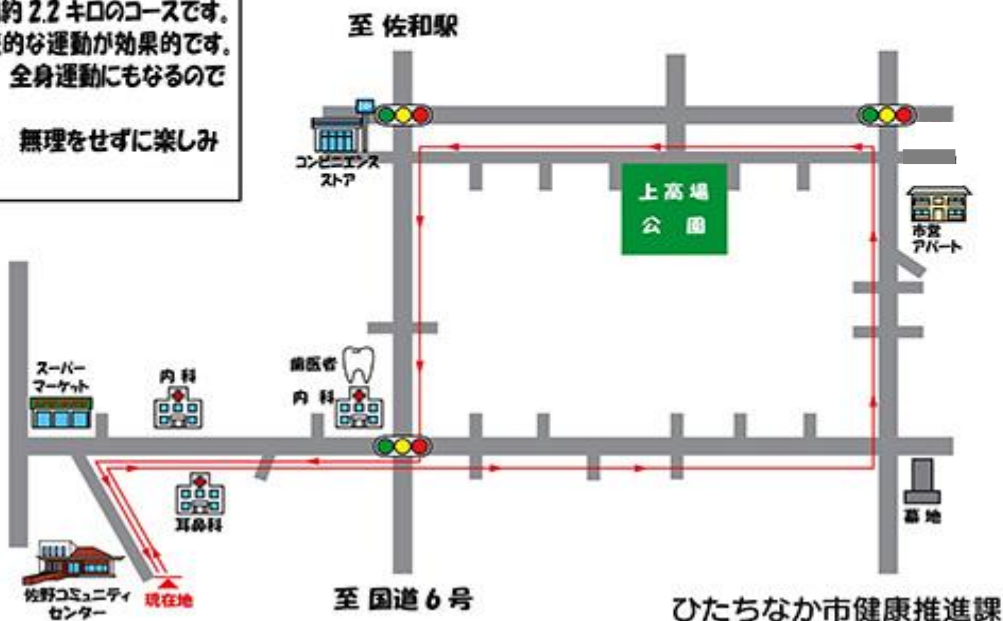
三中学区



コースの特徴	・第2コースの昭和通り沿いは交通量が多いので注意が必要ですが、歩道も広く、途中自動販売機も多くあります。		
アクセス	駐車場あり 前渡コミュニティセンター スタート地点住所：ひたちなか市勝田第三中学校付近		
距離	第一コース：約2 km 第二コース：約4.5 km		
所要時間	第一コース：約30分 第二コース：約55分		
舗装の有無	あり		
車両横断	あり		
トイレ	1か所	内 訳	公 衆 施 設 1

佐野地区ウォーキングロード

佐野地区ウォーキングロードは、佐野コミュニティセンターを起点とした、1周約2.2キロのコースです。健康維持のためには、継続的な運動が効果的です。ウォーキングは気軽にでき、全身運動にもなるので最適です。準備運動をしっかりと行い、無理をせずに楽しみながら歩きましょう。



コースの特徴	市と健康推進委員が佐野地区ウォーキングロードを選定したコースです。		
アクセス	駐車場なし・徒歩 スタート地点住所：ひたちなか市佐野コミュニティセンター		
距離	一周約2.2 km		
所要時間	25分程度		
舗装の有無	あり		
車両横断	あり		
トイレ	1か所	内 訳	公 衆 施 設 1

佐野中学区



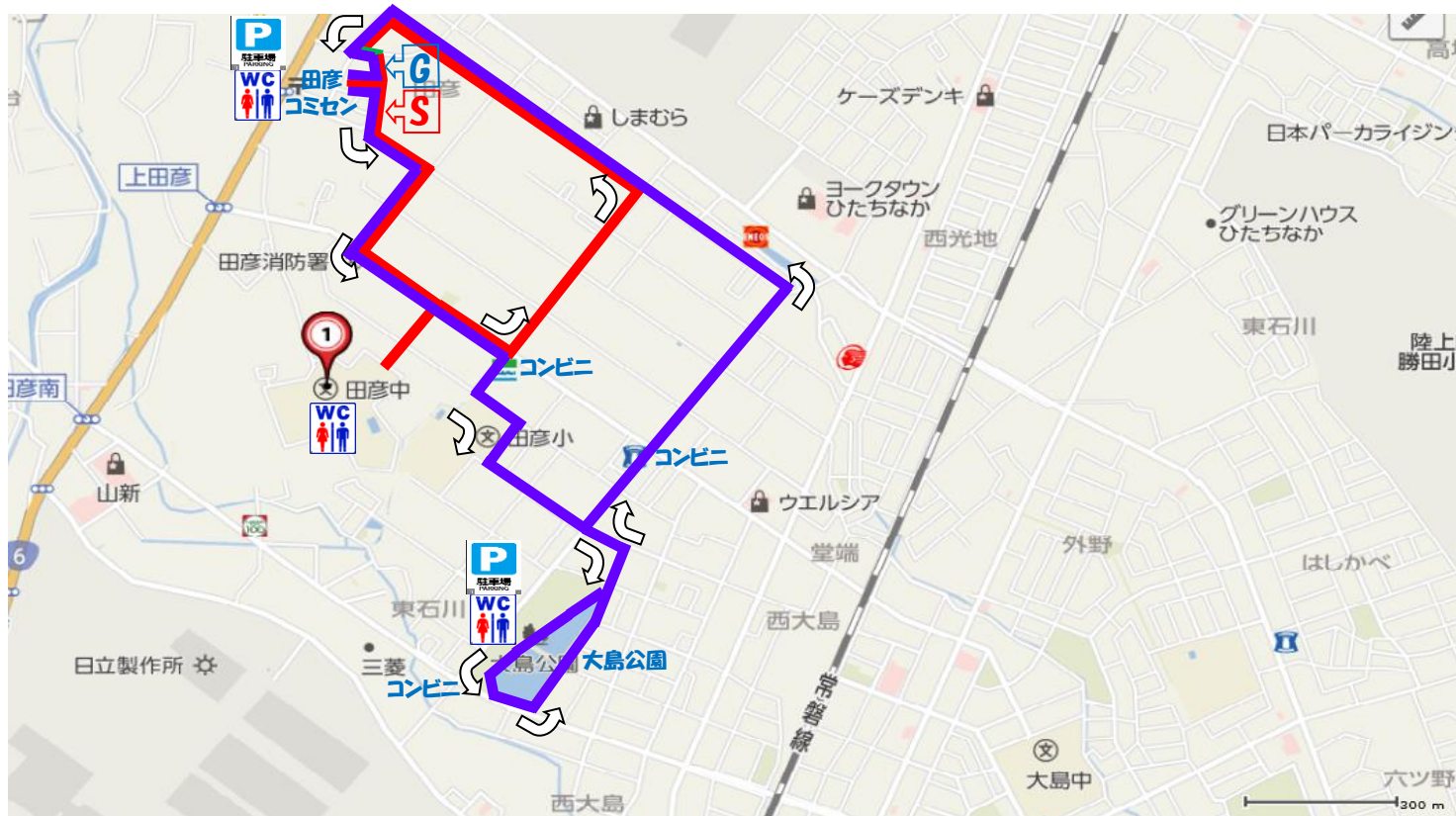
コースの特徴	運動公園内のため、安全に歩くことができる周回型コース。 Aコース, Bコース, Cコース, 周回コースの4コースからあるので自身の運動量に合わせて実施することができます。						
アクセス	車(駐車場有、1,965台) スタート地点住所: 笠松運動公園ヘルスロードコース内						
距離	Aコース: 2km Bコース: 1.3km Cコース: 800m 周回コース: 4km						
所要時間	Aコース: 30分程度 Bコース: 15分程度 Cコース: 10分程度 周回コース: 50分程度						
舗装の有無	あり						
車両横断	なし						
トイレ	6か所	内訳	<table border="1"> <tr> <td>公衆</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>公共施設</td> <td>1</td> </tr> </table>	公衆	5	公共施設	1
公衆	5						
公共施設	1						

大島中学区



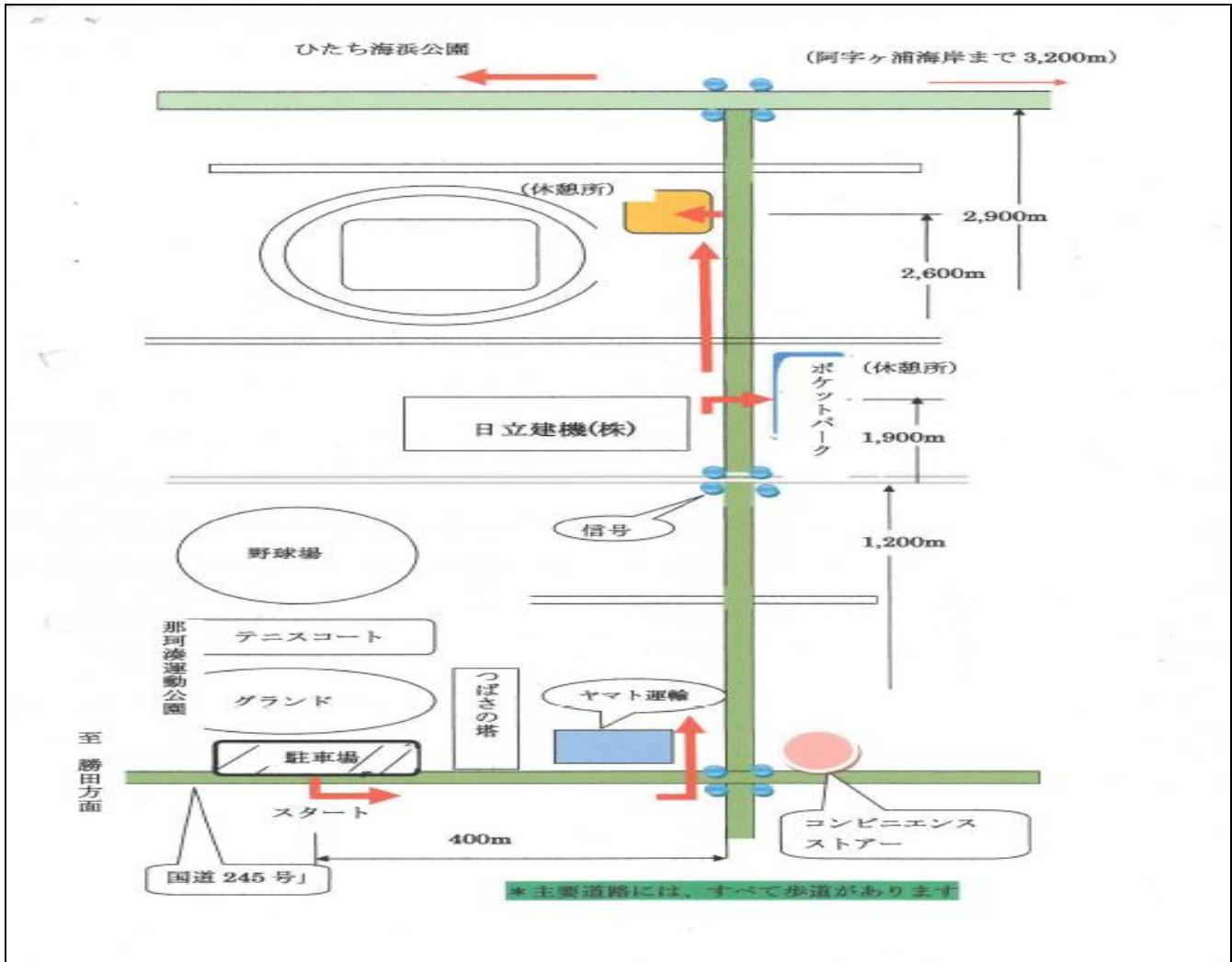
コースの特徴	公園部分は樹木が多く木陰が多く真夏でも利用しやすく、公園、グラウンド敷地内なので安全面も配慮されております		
アクセス	車（駐車場27台）・バス（スマイルあおぞらバス（勝田東コース）六ツ野グラウンド、六ツ野十字路下車）・自転車・徒歩 スタート地点住所：ひたちなか市東石川3379		
距離	公園部分は約200m～300m グラウンド敷地も合わせると約700m		
所要時間	10分程度		
舗装の有無	一部あり（公園部分）		
車両横断	なし		
トイレ	1か所	内 訳	公 衆 1 公 共 施 設

田彦中学区



コースの特徴	田彦コミセンからスタートする2つのコースです。						
	○3km コース○ 田彦コミセン→田彦中→田彦コミセンを歩くコースです。						
	○5km コース○ 田彦コミセン→田彦中→田彦小→大島公園→田彦コミセンを歩くコースです。公園内に池があり，冬の時期はたくさんの白鳥を見ることができます。						
アクセス	徒歩・車(スタート地点の田彦コミセンに駐車場あり)						
距離	約3km, 約5km						
所要時間	30-40分程度, 50-60分程度						
舗装の有無	あり						
車両横断	あり						
トイレ	3ヶ所	内訳	<table border="1"> <tr> <td>公衆</td> <td>公共施設</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>2</td> </tr> </table>	公衆	公共施設	1	2
公衆	公共施設						
1	2						

那珂湊中学区



コースの特徴	那珂湊運動公園より国営ひたち海浜公園にかけて歩くコースと阿字ヶ浦海岸まで歩くコースがあります。		
アクセス	駐車場有（那珂湊運動公園）・徒歩 スタート地点：那珂湊運動公園		
距離	約 3 km		
所要時間	40分程度		
舗装の有無	あり		
車両横断	あり		
トイレ	2か所	内 訳	公 衆 施 設 1

那珂湊中学区



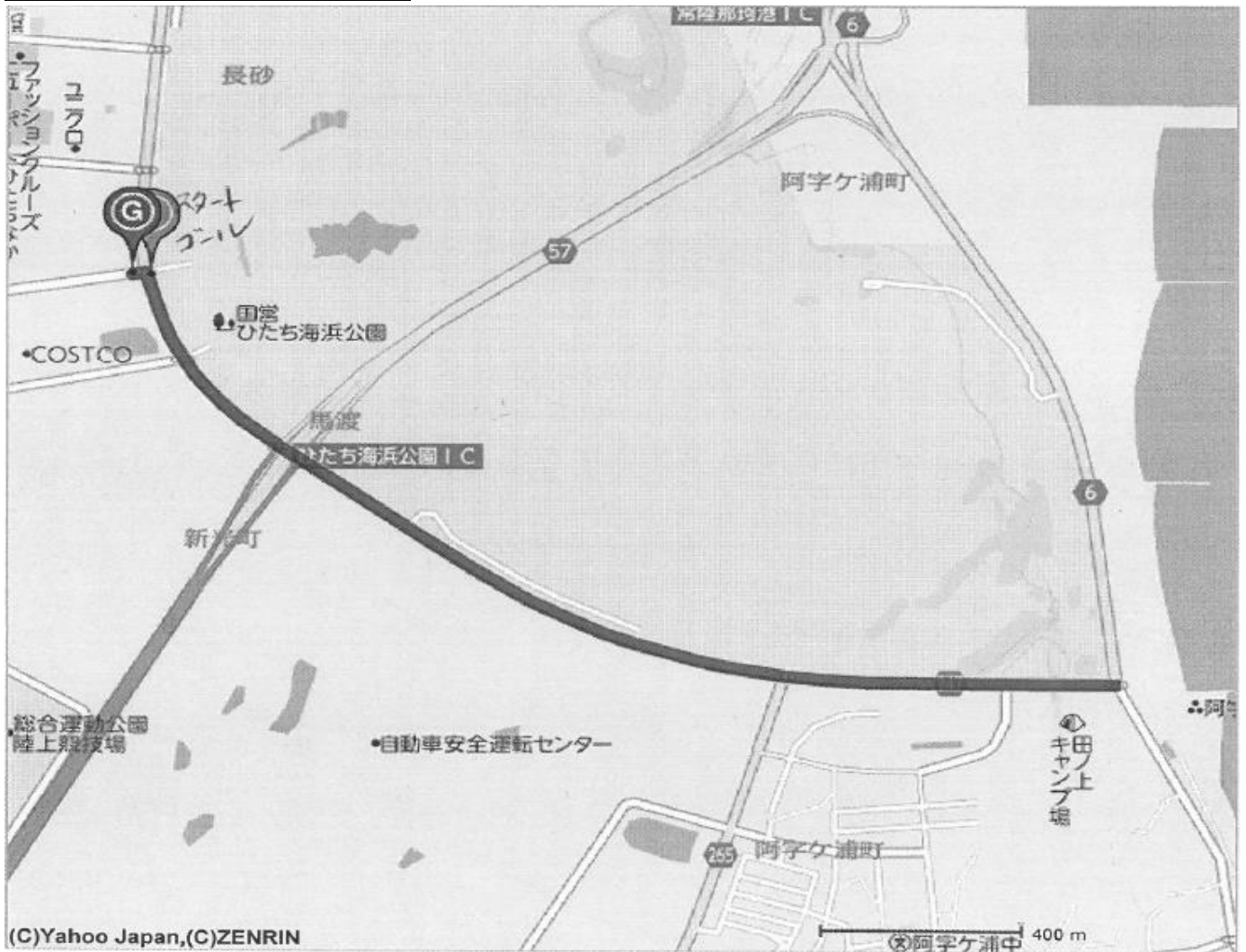
コースの特徴	冬鳥が飛来する名平洞外周には遊歩道が設置され、安全に歩くことができるコース。 運動量に合わせて那珂湊体育館、しあわせプラザ等の外周を回るコースがあります。			
アクセス	駐車場有、 スタート地点住所：那珂湊コミセン等			
距離	約 2.8 km			
所要時間	約 25分			
舗装の有無	あり			
車両横断	あり			
トイレ	那珂湊体育館、那珂湊コミセン、しあわせプラザ等にトイレ有	内	公	公共
		訳	衆	施設
		0	3	

平磯中学区



コースの特徴	<p>ポプラ TAC MATE ひたちなか平磯店をスタートし平磯中学校下手前で折り返すコース。 海沿いを歩くコースのため気持ちよく歩くことができます。</p>						
アクセス	<p>駐車場なし ひたちなか海浜鉄道，平磯駅より徒歩5分 スタート地点：ポプラ TAC MATE ひたちなか平磯店</p>						
距離	約1.5 km						
所要時間	15分程度						
舗装の有無	あり						
車両横断	あり						
トイレ	1か所	内訳	<table border="1"> <tr> <td>公衆</td> <td>公共施設</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td></td> </tr> </table>	公衆	公共施設	1	
公衆	公共施設						
1							

阿字ヶ浦中学区



コースの特徴	国営ひたち海浜公園より阿字ヶ浦海岸へ歩くコースです。海へ向かって歩くため景色が良く楽しみながら歩くことができます。						
アクセス	駐車場なし，勝田駅東口の茨城交通バス：2番乗り場から海浜公園西口、または南口下車で約17分~23分 スタート地点：国営ひたち海浜公園翼のゲート						
距離	約5km						
所要時間	1時間程度						
舗装の有無	あり						
車両横断	あり						
トイレ	国営ひたち海浜公園翼のゲート横に1か所	内訳	<table border="1"> <tr> <td>公衆</td> <td>公共施設</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td></td> </tr> </table>	公衆	公共施設	1	
公衆	公共施設						
1							

阿字ヶ浦中学区



コースの特徴	国営ひたち海浜公園内のウォーキングロード歩くコース。 入園料はかかりますが安全で歩きやすいコースがあります。		
アクセス	駐車場あり（約4000台） 東口の茨城交通バス：2番乗り場から海浜公園西口、または南口下車で約17分~23分 タクシー：約15分 阿字ヶ浦駅からスマイルあおぞらバスにて海浜公園西口下車（約10分） または、南口まで徒歩約20分		
距離	約1.5 km		
所要時間	15分程度		
舗装の有無	あり		
車両横断	なし		
トイレ	施設内に数か所あり	内 訳	公 衆 施 設