

第42回

ウォーキングイベント



正しい歩き方を学んで、健康づくりを楽しみましょう！

開催日：2020年 11月22日（日）

集合場所：浅草 雷門前

集合時間： 9時30分

参加費：会員無料、一般参加500円（中学生以下300円）

コース：雷門～すみだリバーウォーク～東京ミズマチ～
大横川親水公園～錦糸公園～
亀戸天神社～墨田区役所（吾妻橋船着場前）

（※コース：裏面参照）

■注意事項

- ・一般道の歩道を歩きます。信号・標識を守るなど、交通ルールを守りましょう。
- ・こまめに水分補給を行うとともに、体調管理はご自身の責任でお願いします。
- ・歩行喫煙や吸殻のポイ捨てなど、迷惑行為はやめましょう。
- ・本イベントの参加者は、（一社）日本ウォーキング協会傷害福祉制度（傷害保険）の補償が受けられます。
（※補償範囲は、本イベントに参加するために、自宅を出てから自宅に戻るまでが対象です）※詳しくは事務局まで

- ① 9:40 人数確認、準備体操
- ② 9:50 ウォーキングへ出発(約7.0km)

雷門 スタート

- 0.5km すみだりバーウォーク
- 1.0km 東京ミズマチ
- 1.5km 大横川親水公園
- 1.5km 錦糸公園、亀戸天神社
- 1.5km 東京スカイツリー

- ③ 墨田区役所広場(吾妻橋船着場目)
クールダウン、解散

※コースは、状況により変更になる場合があります

- ※ 動きやすい服装で、ザック・飲み物等は各自ご用意ください!
- ※ 参加の皆様が当日撮影されたお写真は、当協会facebookに掲載可能です!
ご希望の方は事務局までご遠慮なくお申し付けください。

※ 小雨決行