

第60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：2023年 3月26日（日）

集合場所：尾久ふれあい館

集合時間： 9時30分

参加費：会員無料、一般参加300円

コース：ふれあい館を出発して飛鳥山公園まで散策します。
* 荒川区民ウォーキングの引率等サポートします。

（※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

9:30 尾久ふれあい館 集合、準備体操



王子駅



王子神社



音無もみじ緑地



飛鳥山公園 クールダウン、解散

約6Km 所有時間:2時間30分予定

※ウォーキング協会役員は9:00に集合して下さい。

※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、当協会ホームページに掲載可能です！
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