

第73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：2024年 7月28日（日）  
集合場所：東京文化会館前（上野駅公園口）  
集合時間： 9時00分  
参加費：会員無料、一般参加300円  
コース：国立科学博物館内をウォーキングします。

（※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

9:00 東京文化会館 集合



国立科学博物館の前で準備体操



国立科学博物館内ウォーキング



館内で解散

解散後、ゆっくり見たい展示フロアを  
再度鑑賞してください。

※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