

高知市老人クラブ連合会 成年部

第35回 健康ウォーキング開催について

「春野運動公園コース」



『春野運動公園コース』を下記日程で行います。ウォーキング後お弁当もみんなで食べます。
是非、どなたでもお誘い合わせのうえご参加下さい。

日時 令和5年3月31日(金) 今回は金曜日です。
 コース ①春野運動公園クロスカントリーショートコース(1.9Km)
 ②春野運動公園クロスカントリーロングコース(3.2Km)
 (ロングコースは段差の大きい階段あり)
 定員 先着70名(バス利用・現地集合合わせて)
 持参物 お弁当・水分補給用飲料
 参加費 無料
 申込締切 3月17日(金)

当日のお弁当・水分補給用飲料は各自でご準備ください。



バス利用の方

出発時間 9時30分
 集合場所 県民文化ホール前
 (高知市本町4-3-30)
 バス定員 先着45名
 県民文化ホール前解散13時30分予定

春野運動公園集合の方

集合時間 10時
 集合場所 春野運動公園
 (いこいの広場)西門近く
 現地定員 先着25名
 現地解散13時予定

※参加ご希望の方は必ず申し、集合場所・コースの告知をお願いします。当日はマスク着用、歩きやすい服装と靴でお越しください。

開催前日(3月30日)18時45分頃のNHKニュース中の天気予報の降水確率が50%以上なら中止とします。

ウォーキング参加申込書 (単老クラブ名: _____)					
(市老連事務局 FAX:878-9076 TEL:831-3324)					
名前	電話番号	住所	生年月日	集合場所 (どちらかに○を)	コース (どちらかに○を)
				バス 現地	ショート ロング
				バス 現地	ショート ロング
				バス 現地	ショート ロング

◎新型コロナウイルス感染拡大時は中止になる事があります。ご了承ください。◎

コースについて

ショートコース (1.9 キロ)



集合場所

ロングコース (3.2 キロ)



集合場所



- ・段差の大きい丸太階段あります。
- ・高低差がありますが、見晴らし抜群です。