

ウォーキングクラブ未来

初心者向けウォーキングサークル・岩美町

2019年度より、日本ウォーキング協会公認ウォーキング指導員によるウォーキング教室を県内各地にて順次開催していきます。

第6回目の今回は岩美町にて開催致します。

ウォーキングをとおしての健康づくりのため
これからウォークを始めようと思っている方
始めたばかり、改めてウォークの基本を知りたい

開催日 10月15日(火)

集合場所 岩美町大谷海水浴場駐車場

集合時間 9時45分

(受付を済ませるようにお願い致します)

終了予定 12時頃

19のまちを歩こう認定大会

IVV(国際市民スポーツ連盟)認定大会

参加費 一律500円

(資料代、参加記念品、保険料含む)

持ち物 飲み物(水分補給)、雨具、**ビニールシート**、筆記具他

距離 6km

コース

海水浴場⇒遊覧船乗り場⇒岩本橋⇒大谷⇒駈馳山峠⇒海水浴場

ウォーキングの基礎知識を知って、けがをしない楽しいウォークをしましょう!!

(JWA公認ウォーキング指導員がお手伝いを致します)

※天候が良ければ靴を脱いでのクールダウンストレッチを致します

※コースや距離などは状況により変更する場合がありますので、予めご了承願います。

警報が発令の時は開催の中止を致します。





徳島県徳島市大谷