

ウォーキングサークル・八頭町郡家

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ます。

今回は八頭町郡家にて開催致します。

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



主催 鳥取県ウォーキング協会ウォーキングクラブ未来

開催日 4月13日(火)

集合場所 八頭郡旧郡家運動公園(八頭町奥谷381)

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)

開始時間 10時 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、筆記具他

距離 5km

コース

運動公園⇒宮谷⇒仲ノ田池⇒郡家駅⇒宮谷⇒運動公園

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

※ 参加者の皆さまへ

サークル開催中は3蜜を遵守し、適宜マスクの着用を調整して、楽しいウォーク

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。

ウォーキングクラブ未来事務局

矢野携帯090-9544-6016

