

ウォーキングサークル・若桜町

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。



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
改めてウォークの基本を知りたい

開催日 8月25日(火)

集合場所 中之島公園駐車場
(鳥取県八頭郡若桜町大字若桜)

集合時間 9時45分 (受付を済ませるようお願い致します)

開始時間 10時 終了予定 12時頃

主催 鳥取県ウォーキング協会・ウォーキングクラブ未来
IVV(国際市民スポーツ連盟)認定大会

19のまちを歩こう認定大会

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)、筆記具、レジャーシート(敷物)、雨具他

距離 6km

コース

中之島公園⇒若桜学園⇒若桜町役場⇒若桜神社⇒若桜駅⇒中之島公園



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

参加者の皆様へ

※ コロナウイルス感染予防対策のために、体調良好にてマスク着用の参加をお願い致します。

当面、参加者の皆様全員に各自持参のペンにて参加申込書へ記入後、検温・手消毒(クラブ未来が準備致します)後に受付となります。

サークル開催中は3密を遵守して、楽しいウォーク。

熱中症に留意し、適宜マスクの着用は調整する。

早めの水分補給をしましょう。

※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



