

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



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)

開催日 令和4年8月21日(日)

集合場所 中之島公園芝広場
(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、敷物、雨具他

距離 6 km

コース

中之島公園⇒若狭学園⇒若桜町役場⇒八幡広場⇒若桜神社⇒弁天まんじゅう本舗⇒
若桜駅⇒中之島公園

※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・手指消毒(クラ

ブ未来が準備致します)後に受付となります。

熱中症に留意し、適宜マスクの着用は調整する。

サークル開催中は3蜜を遵守して、楽しいウォーク。

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。

連絡・問い合わせ先 ウォーキングクラブ未来事務局 矢野 携帯090-9544-6016

