

# 11月11日 三篠川ウォーキング

## ★ 参加者募集 ★

三篠川のきれいな景色を眺めながらウォーキングを行います。  
ご自身の体力に応じてコースを選択！  
「歩く」ということは、心も体もスツキリします。  
運動を始める良いきっかけになるかもしれませんよ。

◆どんでん歩こう！7kmコース・・・ウォーキングに慣れていて、スタスタ歩ける人

◆てくてくお散歩！3kmコース・・・おしゃべりしながらゆったりと歩きたい人

※ファミリーや体力に自信のない方向けです。

【 日 時 】 平成30年11月11日(日) 9:30～11:30 少雨決行  
(受付 9:30～、開会式 9:50、スタート予定 10:10)

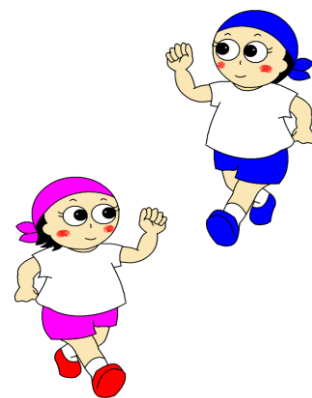
【 対 象 】 幼児以上 ※幼児・小学生の参加は保護者同伴。

【 定 員 】 2コース合わせて先着40人

【 参 加 料 】 1人300円

【 持 参 物 】 帽子、飲料、タオル、雨具(少雨決行の場合)

【 申 込 み 】 10月15日(月)から直接窓口か電話でお申し込みください。  
※ お申し込みの際に、参加コースを申告してください。



【お問い合わせ・申込み】

安佐北区スポーツセンター

安佐北区深川二丁目50番1号 ☎082-843-4999

