

第26回

健康ウォーク2016



楽しく歩いて健康づくり♪



健康づくりのマスコット りすのこーちゃん

10/2 (日)

※ 雨天の場合は
10/9(日)に延期します。

持ち物

水筒・昼食・保険料(100円)をお持ちください。

ウォーキングコース



ご自分のレベルに合った
コースをお選びください。



もれなく参加賞を
差し上げます。

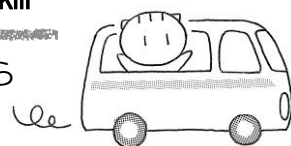
健脚コース 8.5km

冬鳥越まで歩こう!



猿毛コース 4.5km

猿毛まで歩いて、そこから
バスに乗るよ!



- 6:30 実施の合図の花火があがります。(小雨決行)
- 8:00 受付開始「葵橋下 左岸河川敷」
- 8:30 開会式
- 8:45 スタート!

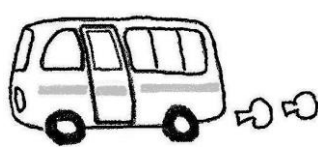


ハチに
注意!

ハチに襲われないように
なるべく白っぽい
服装でご参加ください



加茂市では特定健診の結果、
40~50歳代で高血糖の
方が多くなっています。
適度な運動で生活習慣病を
予防しましょう。



おかえりは...
「葵橋」または「加茂美人の湯」
までマイクロバスでお送ります。



ゴールでは、
地場産野菜をたっぷり使った
おいしいトン汁をサービス!