

たるみ健康いきいきウオーク2009

10月11日(日)

ニュースポーツにも
チャレンジ!

家族や友達との
ふれあい♪♪

初秋の垂水の魅力を目で、耳で、肌で感じてみませんか?
ウオーキングのゴールではお楽しみ抽選会も予定しています♪
日頃の運動不足解消、家族の健康増進の為にぜひご参加下さい!

- ◆日 時：2009年10月11日(日) 9:00~13:00 (少雨決行)
当日受付 8:40~9:00 スタート 9:45 ゴール 12:15頃
- ◆コ ー ス：垂水体育館→西霞ヶ丘公園→荅谷公園→舞子公園→アジュール舞子
→マリニピア神戸→垂水スポーツガーデン / 全行程：約6km(約2時間30分)
- ◆募集定員：300名(事前の申し込みが必要です) ◆参加費：無料
- ◆申込期間：9/1(火)~9/20(日)締め切り。
※定員300名に達し次第、締め切りとさせていただきます。
- ◆応募方法：裏面申込欄に必要事項を記入のうえ体育館窓口、又はファックスにて受付いたします。

主 催：たるみ健康いきいきウオーク2009実行委員会
垂水区スポーツクラブ連絡協議会 垂水区体育協会
垂水区体育指導委員連絡協議会 垂水区役所
財団法人神戸市体育協会 財団法人神戸YMCA
主 管：神戸市立垂水体育館 財団法人神戸YMCA 財団法人神戸市体育協会
後 援：神戸市 神戸市教育委員会 神戸新聞社 サンテレビジョン
協 力：関西国際大学地域スポーツ研究室・キンボール部 神戸ウオーキング協会
HAT-Robics-JAPAN 財団法人兵庫県園芸・公園協会

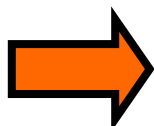


申込記入欄：垂水体育館 FAX (078)709-6263

住 所	〒		
氏 名	男・女 (才)	男・女 (才)	男・女 (才)
	参加人数 (人)	男・女 (才)	男・女 (才)
TEL FAX	TEL: FAX:		

※小学生参加の場合、保護者の同伴が必要です。

お問い合わせは
こちらまで



神戸市立垂水体育館

〒655-0033

神戸市垂水区旭が丘2-1-22

(第1月曜日休館)

TEL(078)709-6262

窓口受付:(月~土) 午前9時~午後8時

(日・祝) 午前9時~午後4時

ホームページ <http://www3.ocn.ne.jp/~tarutai/>



※実施の可否は当日の午前7時30分以降にお問い合わせ下さい。

<準備物> ■歩きやすい服装・弁当(軽食)・水筒・雨具・救急薬品など。

<お願い> ■健康状態のすぐれない方は参加をご遠慮下さい。

■参加者の事故やケガ、また参加者が他に与えた損害などについて、主催者は一切責任を負いません。万が一事故が生じた場合の費用は参加者負担となります。

■ゴミ・空き缶などは各自持ち帰りましょう。

■係員の指示及び注意事項は必ず守ってください。

■交通ルールを守り、交通事故の無いよう、お互いに気をつけましょう。

■住宅街はお静かにお願いします。