



花見ウオーク in 足立CP場 "バーベQ"

NPO法人 北九州ウオーキング協会 4月例会

【距離;足立キャンプ場(昼食)まで、健脚コース:8.5km、散策コース:5km】

- * 昼食後現地解散とします。
- * JR日豊本線 城野駅まで約2.5km
- ※希望者は、JR城野駅までご一緒します。

日時
集合場所
参加費

平成30年4月1日(日)
JR小倉駅 北口1階広場(公衆トイレ横)
一般 ¥1000 (参加費と日本ウオーキング協会の傷害保険含む)、協会会員は¥700
小学生(6年生)以下 ¥700

事前申込不要

ウオーキング教室
コースと
予定時刻

9:00~ 希望者のみ(参加料 無料)
9:40 出発式:挨拶と諸注意、ウォーミングアップストレッチ
10:00 順次スタート『健脚コース8.5キロ、散策コース5キロ』
1. 門司口門跡 ここまで0.7km
10:40頃 2. スーパーマルシヨク【買物&トイレ】 ここまで2.7km
3. 上富野5丁目交差点【**両コース分岐点**】 ここまで3.1km
11:30頃 4. 手向山公園展望さくら広場【トイレ】 ここまで5.7km
12:20頃 5. 足立キャンプ場 ここまで8.5km

※散策コースは、分岐後手向山公園には行かずそのまま足立CP場に向かいます。
従って、健脚コースよりも約3.5km短くなり、CP場には12:00頃の到着予定です。



昼食 "バーベQ" 食材持ち込みOK!

バーベQの道具並びに食材は当協会準備します。但し、ご飯等や飲み物は各自でご準備下さい。途中スーパーマーケットに寄ります。ご利用下さい。

雨天決行! 誰でも参加OK!! 家族でご参加下さい!!!

【注意点】

1. 車でお越しの際は、CP場横の駐車場をご利用下さい。
2. 当日の足立キャンプ場は、指定の場所のみ当協会だけの施設利用となります。
3. ゴミは必ずお持ち帰り下さい。絶対に放置して帰らないで下さい。
4. キャンプ場用品は、殆どが当協会の備品です。乱暴に扱わないで下さい。
5. 当該キャンプ場は市の公共野外施設です。**秩序を乱さず、節度ある行動をお願いします。**

住所:北九州市小倉北区寿山町7-14

小雨の場合は木々で雨を凌ぎながらBBQを楽しみます。雨が強い場合は、隣の足立青少年の家の食堂でBBQを楽しみます。食堂は飲酒禁止です。

当日ウオーキング教室開催【9:00~9:30】 **参加無料**

ウオーキング初心者のための「ウオーキング教室」を開催します。正しい歩き方から、靴の選び方、履き方まで指導。ウオーキング協会の認定指導員が講師です。個別のご相談も承ります。



お問い合わせ:NPO法人北九州ウオーキング協会 電話:093-883-7444 FAX:093-883-7380

このコースはNPO法人北九州ウオーキング協会監修です。(絵や写真はイメージです)

主催 NPO法人 北九州ウオーキング協会