

そーめん流し in 矢筈山

やはず やま

日時 平成30年7月1日(日) 9時受付開始 9時40分出発式・ストレッチ 10時スタート

集合場所 JR門司駅南口 9時10分からウォーキング教室開催(希望者のみ、参加費無料)

参加費

一般500円 小学生以下300円(日本ウォーキング協会の傷害保険を含む)協会会員300円
※そうめん代込み

| JR門司駅南口10時スタート | ショートコース | ロングコース | トイレ等 |
|----------------|---------|--------|------|
| 柳御所(御所神社) | 0.7キロ | | |
| 戸の上神社 | | 1.4キロ | トイレ有 |
| スーパーとみやま | 1.9キロ | 3.3キロ | トイレ有 |
| | 10:30頃 | 10:50頃 | 買物 |
| 子供のもり公園 | 3.6キロ | 5.0キロ | トイレ有 |
| | 11:00頃 | 11:20頃 | |
| 矢筈山キャンプ場 | 5.4キロ | 7.0キロ | トイレ有 |
| | 12:00頃 | 12:20頃 | ゴール |

事前申込不要

| 下り | 上り(門司港) |
|-------|---------|
| 13:08 | 13:28 |
| 13:45 | 13:55 |
| 14:12 | 14:25 |
| 14:45 | 14:55 |
| 15:07 | 15:27 |
| 15:45 | 15:56 |

※キャンプ場ゴール後そうめん流しをします。
※そうめん流し一式は当協会にて用意しますが途中スーパーに寄りますのでご飯類、飲み物など各自ご準備ください。
※雨天時はキャンプ場の屋内施設で昼食をします。雨具を準備して集合して下さい。
※昼食後現地解散します。希望者はJR小森江駅まで案内します。(3.1キロ13:30出発)
※ごみは必ずお持ち帰りください。

ウォーキング教室【9:10~9:30】 参加費無料

初心者のための「ウォーキング教室」を開催します。ウォーキングの効能と正しい歩き方、靴の選び方から履き方まで学びます。日本ウォーキング協会の公認指導員が講師です。個別の相談も承ります。

