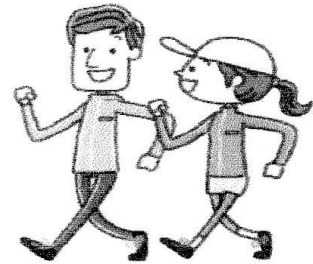
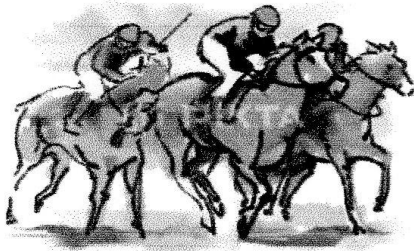


“競馬場へ行ってみませんか”ウオーキング

NPO 法人北九州ウオーキング協会

11月例会

日時	2019年11月3日(日)
集合場所	JR城野駅南口
参加費	一般 500円、小学生以下 300円(保険代等) 協会会員は無料です
受付	9:00～
ウオーキング教室	9:10～(無料です)
出発式	9:40～(準備体操と諸注意)
スタート	10:00～



●ロングコース(約9.2 km)

JR城野駅南口	
小倉南警察署	1.5 km
トライアル石田店	2.6 km
横代中央公園(トイレ)	4.5 km
シテイホール小倉守恒信号	5.5 km
サンリブ守恒店(トイレ)	7.0 km
新川久保橋信号	7.6 km
競馬場正面入口	9.1 km
メインゲート	9.2 km

●ショートコース(約5.4 km)

JR城野駅南口	
小倉南警察署	1.5 km
トライアル石田店(トイレ)	2.6 km
運転免許試験場	3.9 km
サンリブ守恒店(トイレ)	4.6 km
モノレール競馬場前	5.3 km
競馬場メインゲート	5.4 km

※各コースとも途中スーパーに寄りますので、昼食のお弁当など準備のない方はご利用ください。

※ゴールは競馬場です。

※競馬場にて食事、解散です。

※解散後モノレール利用の場合、10分毎に電車あります。

※ウオーキング教室(9:10～9:30)

初心者のための「ウオーキング教室」を開催します。

ウオーキングの効能、正しい歩き方や靴の選び方、

履き方など学べます。お気軽に

気軽にご参加下さい。

