



## 令和最初の 花見ウォーク in 安部山公園！！

**NPO法人 北九州ウォーキング協会 4月例会「桜を見る会？」**

**【距離:ロングコース約7.5km、ショートコース約5km】**

- \* 到着後自由解散としますが、会の親睦を深める為昼食は出来る限りあまり広がらずにまとまったの食事はいかがですか？
- \* 今回はBBQは準備していません。
- \* トイレ・自販は公園内に設置しています。

事前申込不要

- ◆日時 令和2年4月5日(日)
- ◆集合場所 北九州総合病院 エコモール入口(トイレ・コンビニあり)  
(JR城野駅北口より距離200m:ペDESTリアンデッキを渡り階段下りた所)
- ◆受付時間 8:50~9:40
- ◆参加費 一般500円、小学生以下300円、当協会会員は無料です。
- ◆ウォーキング教室 9:00~9:30 希望者のみ(参加料 無料)
- ◆出発式 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
- ◆スタート 10:00 整列後スタート(先発:ロングコース→後発:ショートコース)
- ロングコース 約7.5km ~湯川小学校~横代料金所横(竹馬川起点:3km)ショートコース分岐  
~蟻田若園信号~石田中央公園(トイレ:4.4km)…稗田川沿道  
…スーパー(買物:6.1km)~安部山公園(ゴール:7.5km)
- ショートコース 約5km ~湯川小学校~横代料金所横(竹馬川起点:3km)ロングコース分岐  
~スーパー(買物:3.5km)~安部山公園(ゴール:5km)



ゴール手前でスーパーマーケット(ハローデイ)に立ち寄ります。  
弁当や飲食物等の買物はこちらをご利用下さい。トイレは2階にあります。  
雨天決行! 誰でも参加OK!! 家族でご参加下さい!!!

- ◆帰路 ※記念撮影後自由解散とします。帰路はJR安部山公園駅まで約700mの道のりです。
- ◆諸注意
  1. 公園専用の駐車場はございません。
  2. 当日の公園は、人気スポットにつき多くの見物客が来場されます。
  3. ゴミは必ず所定の場所に捨てるかお持ち帰り下さい。絶対に放置して帰らないで下さい。※秩序を乱さず、節度ある行動をお願いします。

屋根のある施設等はありません。従って、雨天の場合は食事する場所は確保してません。  
予めご了承下さい。公園手前の桜のトンネルの道のりは見応えがあります!!!

当日ウォーキング教室開催【9:00~9:30】  
ウォーキング初心者のための「ウォーキング教室」を開催します。正しい歩き方から靴の選び方並びに履き方まで(社)日本ウォーキング協会の公認指導員が講師です。指導員との同行も可能です。



お問い合わせ: NPO法人北九州ウォーキング協会 電話: 093-883-7444 FAX: 093-883-7380  
e-mail: kwa@aroma@ocn.ne.jp

主催 NPO法人 北九州ウォーキング協会