

健康ながよ21主催

5/25  
[日]

# 第50回 ヘルシーウォーキング大会

ウォーキング

コース

こんな方におススメ

- 歩くのが好きな方
- 運動不足が気になっている方

コース1

所要時間 約1時間半  
距離 約5.4kmコース1  
総合運動公園コース2  
長与ダムグラウンドSTART & GOAL  
中尾城公園  
第一駐車場健康ながよ21推進委員会では  
「町民総歩き」を合言葉に  
ヘルシーウォーキング大会を定期開催しています！一緒に活動してくれる  
ボランティアスタッフ大募集！！

詳しくはコチラ



中尾城公園第1駐車場を出発、目的地を往復するウォーキングコース。「コース1総合運動公園」は平坦でウォーキング初心者にオススメ。「コース2長与ダムグラウンド」はアップダウンがあり、しっかり歩きたい方向けです♪長与の景色を楽しみながら自分のペースで歩いてみませんか??ご自身の体力に合わせて途中UターンOKです(^♪)

サイコロコース

こんな方におススメ

- お子さん連れの方
- 中尾城公園内を散策してみたい方

第50回特別企画

スタートで「巨大サイコロ」をふって  
出た目の場所へlet's go

竹馬  
けん玉  
けんけんば  
長縄  
ペットボトルボーリング  
輪なげ

好きなものだけチャレンジもOK！  
全ステージ体験してもOK！！  
お子さん連れで楽しい時間を過ごしませんか？

短い距離のウォーキングにもおススメです♪  
中尾城公園の魅力を再発見できますよ♪♪♪

参加方法

当日受付 当日現地にて受け付けます

受付時間 9:00~11:00 (ゴールは12:00まで)

集合場所 中尾城公園 第1駐車場

受付で参加用紙に記載の上、スタートしてください。

ゴール 12:00までにゴールを目指しましょう。

参加者に美味しいレモン白玉を準備しています♪

(配布時間は11:00~12:30です！)

また、ゴールされた方のうち先着100名様に粗品を

プレゼントいたします♪♪♪

無理せず自分のペースでご参加ください！！