

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

こんな方におすすめ
○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
総合運動公園

所要時間 約1時間半
距離 約5.4km

コース2
長与ダムグラウンド

所要時間 約2時間
距離 約7.8km

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

(ボランティア・スタッフ募集)

中尾城公園第1駐車場をスタート・ゴールと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おすすめ。「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

こんな方におすすめ
○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

ペットボトルボーリング

けんけんぱ

長縄

輪投げ

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すすめです♪
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！！

共催：長与町役場 健康保険課 後援：長与町食生活改善推進員協議会・長与町健康づくり推進員協議会・長与町母子保健推進員協議会