

11月は港区健康月間です

参加
無料

みんなで行こう！秋ウォーキング！



あなたも参加しませんか？

開催日

平成29年11月24日（金）

申込み締切

11月10日（金）



集合場所：港区民センター 1階ホール 9:45開場 10時スタート

解散場所：ゆったりコース……八幡屋公園にて解散

健脚コース……天保山山頂にて解散

※集合と解散場所が違いますので、ご注意ください。

♪ウォーキングルート♪

ゆったりコース（定員20名）

約2.5Km

【コース】区民センター → 八幡屋公園

健脚コース（定員50名）

約5 Km

【コース】区民センター → 八幡屋公園 → 中央突堤 → 天保山

完歩賞あり♪



港区民センターを出発して、八幡屋公園や天保山までを楽しくウォーキングするメンバーを募集します。ウォーキングは2コースありますので体調や体力にあわせてお好みのコースを選んでください。

持ち物

- 動きやすい服装
- 飲み物 タオル 帽子



【申込み・問い合わせ】

港区保健福祉センター 保健福祉課（地域保健活動）

電話：06(6576)9968 FAX：06(6572)9514



フリガナ
名前：

生年月日（年齢）：

年

月

日（

歳）

電話：

住所：大阪市港区

希望コースに○をしてください： 2.5km・5km