2025 年度

# 健康ウォーキング

*地域のこんなところあったの、意外な発見もありますよ！*

## ５月･６月　日程表

**※　受付時間9：45～9：55　　準備体操とウォーキングで１時間半ほどかかります**
**10時にはじめます**

| 地区 | 日時 | 集合場所 | 距離 | コース |
|---|---|---|---|---|
| 蛭川 | ５月 12 日（月） | みはらし台運動公園駐車場 | 2.5 ㎞ | ひとつばたごコース |
| 苗木 | 5月　28日（水） | 鉱物博物館　一般駐車場 | 約2㎞ | 夜明けの森　高峰湖一周コース |
| 坂本 | 6月　11日（水） | 東美濃ふれあいセンター<br>第３駐車場　２階エントランス入口 | 2.9㎞ | 中津川公園ウオーキングコース |

＊都合により一部コースを変更する場合があります

◆ 持ち物：飲料水、動きやすい服装、歩きやすい靴、タオル、リュック、帽子等

◆ いずれの会場も申し込み不要　　参加料無料　　雨天中止です

問合せ先　　中津川市　健康課

電話　66-1111（内線 627・659）