

健康づくりウォーキング

～高松市総合体育館周辺5km コース～

FUN+WALK PROJECT

※FUN+WALK PROJECTとは、歩くことをもっと楽しく、楽しいことをもっと健康的にするスポーツ庁の官民連携プロジェクトです。

開催日時 令和2年2月23日(日)

午前10時～12時

受付開始:午前9時30分



集合場所 高松市総合体育館 正面玄関前

(高松市福岡町4丁目36-1)

服装・持参物 歩きやすい服装とくつ、飲み物をご持参ください。

※駐車場は、第1駐車場(134台)、又は競輪場(シャトルバス送迎)です。台数が限られますので、なるべく乗り合わせていただくか、公共交通機関(最寄駅:ことでん志度線沖松島駅)をご利用ください。

【内容】

講師：高松市コミュニティスポーツ指導者会

○ウォーミングアップ 準備体操・運動時の水分補給

○健康づくりウォーキング 高松市総合体育館～屋島大島～国道11号線を周遊
～環境業務センターを經由して高松市総合体育館へ戻る
約1時間のコース。

参加者には粗品を
進呈します。

【お申し込み先】 高松市スポーツ協会 電話 087-822-0211

【お問い合わせ先】 高松市保健センター 電話 087-839-2363

☆当日のお問い合わせ先:(公財)高松市スポーツ協会087-822-0211