

健康ウォーキング

# いざ鎌倉へ！紅葉ウォーク & 歩き方教室

主催 一般財団法人あんしん財団 / 主管 NPO 東京都ウォーキング協会

お願い

- ①～⑦の順路で歩こう！
- ゴールした方から完歩証、参加賞を差し上げます。
- ウォーキング事務局開設は午後2時まで。
- 安全で無理のないウォーキングを行ってください。体調が悪くなった場合は無理をせず休憩をとるようにしてください。
- ゴミは各自でお持ち帰り下さい。

※事務局連絡先 TEL090-3132-6634

2019年11月3日(日)

- 9:30~10:00 受付  
あんしん財団ロゴマークシールは、体の前に貼ってください。
- 10:00~10:45 挨拶、オリエンテーション、  
櫻井 麻美ウォーキングインストラクターによる歩き方教室
- 10:45~ スタート
- ~14:00 ゴール受付終了  
\*完歩した方には完歩証、参加賞を差し上げます。



道幅せまく  
段差あり

駅までの  
近道

コース概要 約8.0km

誘導スタッフのマーク

●スタート  
奥田公園

- ② 湘南モノレール
- ③ 大仏坂
- ④ 鎌倉大仏
- ⑤ 長谷寺

- ⑥ 江ノ島電鉄
- ⑦ 由比ヶ浜

●ゴール  
鎌倉海浜公園

① 境川