

# ノルディックウォーキング I 開催要項

湘南台公園～境川遊歩道（紫陽花ロード）散策コースに参加される方へ

- 1 日時 2024年5月13日（月）10時30分から13時00分頃まで ※雨天中止（当日8時30分に判断）
- 2 コース 湘南台公園～境川遊歩道（紫陽花ロード）～御殿辺公園（約6km弱）  
◆解散は御殿辺公園（藤沢市藤沢2丁目4）となります。
- 3 対象 5km以上歩ける方
- 4 定員 20人
- 5 集合 10時15分に湘南台公園にお集まりください ※集合場所は下記の地図をご確認ください。
- 6 参加料 1,000円（ポール代・保険料含む） ※当日お釣りが無いようにご持参ください。
- 7 講師 チーフ：関水俊明先生 サブ：藤沢市みらい創造財団運動指導員

## 8 用意する物（☆印は必須）

- ☆参加料1,000円 ※お釣りが無いようにお持ちください。
- ☆ノルディックウォーク専用ポール ※レンタルをご希望の方は申込時にお申し出ください。
- ☆運動に適した服装 ☆帽子（陽射し対策）
- ☆履き慣れた運動シューズ ☆水筒（ペットボトル可）
- ☆ザック類（ウォーキング時のトートバッグ類の肩掛け使用は不可）
- ☆軽食（おにぎり、サンドウィッチ等） ※軽食タイム有
- ・着替え ・雨具（かっぱ等）

## 9 その他

- ◆都合により欠席される場合は事前に必ず体育館までご連絡ください。
- ◆貴重品の管理は各自で責任を持ってお願いします。
- ◆参加中に怪我などが発生した場合は必ず講師にお申し出ください。

本財団にてスポーツ保険に加入していますが、後日の申し出は対応出来ない場合がございます。

- ◆参加はお申込みされた方のみ可能です。代理人の参加はできません。

- ◆写真、ビデオ撮影については、個人での鑑賞を目的とした、場合のみ撮影は可能です。

《問い合わせ》公益財団法人藤沢市みらい創造財団 スポーツ事業課 秋葉台運動施設事務所

☎0466 (88) 1111 F A X 0466 (88) 8687

U R L : <http://f-miraijp/sports/>

## 10 湘南台公園（集合場所）について

湘南台駅入口交差点前の大きな花壇がある広場（湘南台公園）にお集まりください。



《公共交通機関をご利用の場合》

湘南台駅東口下車→駅前ロータリー右側歩道（相鉄ローゼン側）を直進→信号を渡った公園入口が集合場所です。

※集合場所は、信号から公園内に入ってすぐ。

# 湘南台公園～境川遊歩道（紫陽花ロード）散策コース

