

地域の魅力を再発見!!

第2弾

寺泊も歩こう☆ てらスポ! ウォーキング

新潟県初!
ウォーキング
ステーション

●会場●

寺泊いやしの郷、山ノ脇地区
(長岡市黒坂615 TEL0256-77-8580)

古きよき
里山の景色が
今もある

2018. **9.23(日)** 9:00~13:00(予定)

※小雨決行(荒天中止の場合にはHPにお知らせ)

ウォーキング指導 歩き方のコツや、効率的な運動方法を伝授します。

講師 **岡田 拓也 氏** 日本ウォーキング協会公認指導員、健康運動指導士

ウォーキング 楽しく歩きましょう!!

① **たっぷりコース自由歩行** ...4kmまでコースリーダーなどサポートが付きます。
受付8:40~ 指導9:00 出発9:20
日本市民スポーツ連盟・イヤラウンド認定コース
信濃川田園コース 13 km

② **ゆったりコース団体歩行** ...講師のサポートで一緒に楽しく歩きましょう。
受付9:00~ 指導9:30 出発10:00
里山を楽しみ地域の歴史に親しむ **山ノ脇地域周遊コース 4.2 km**

お楽しみゲーム付き

山ノ脇の皆さん おもてなし

お母さん手作り、地元野菜たっぷりとん汁。
地元農園の梨・ぶどう提供エイドあり

募集事項

参加費 一般 500円/小中学生 300円
当日受付にて頂戴いたします。保険料、昼食会費など含む

持ち物 水筒、タオル、帽子、雨具、おにぎり

募集人数 80人 小学生以上どなたでも参加できます。

応募締切 **9月18日(火)〈先着順〉**

※持病がある方は医師と相談の上、自己責任において参加できる方に限ります。
※小学校1~3年生は保護者と一緒に参加してください。

申込み・問い合わせ・主催

寺泊総合型スポーツクラブてらスポ!

TEL:0258-86-6719 FAX:0258-75-2238

Mail:terasupo-sc@bd6.so-net.ne.jp HP:http://terasupo-sc.com/

共催:長岡市寺泊支所市民生活課/寺泊公民館山ノ脇分館/寺泊スポーツ協会/新潟県

後援:公益社団法人新潟県観光協会

協力:株式会社中越/山崎農園/長岡市寺泊地区スポーツ推進委員/山ノ脇分館振興協議会
地域を良く知ろう会/てらどまり若者会議~波音~

この事業は新潟県から「平成30年度地域連携型スポーツイベント創出事業」として委託を受けて実施します。



スタンプラリー
対象事業