

# 『秋のいきいきウォーキング』

11月25日(土)10:00~

- ◆ゆったりコース 本町公園～一文字灯台まで
- ◆健脚コース 本町公園～都島展望公園まで
- ◆超健脚コース 本町公園～牧山古墳石棺群まで

天気も良く、参加された皆さんウォーキング前に地区担当保健師による血圧測定をおこない、ラジオ体操で準備運動後に各コース揃って出発しました😊

秋の紅葉を楽しむウォーキングは会話も弾み、目的地まで元気に歩きました😊

【主催】  
西戸畑まちづくり協議会  
地域でGO!GO!健康づくり実行委員会  
【共催】  
西戸畑スポーツ推進委員



## ■次回の予定■

桜満開だったらいいね♪

ウォーキング

令和6年3月23日(土)

多くのご参加お待ちしております!

詳細は市民センターだよりやホーム

ページでお知らせいたします♪

