

第30回

ごはん
約3杯分の
カロリーを
消費できます!

ふるさと 健康ウォーク in 丸亀

飯野山

丸亀城

令和2年11月23日(月・祝)

〈小雨決行〉

てくてく歩こう。わくわく探そう。

Aコース
(16Km)

里山の
自然を訪ねて
～健脚コース～

土器川と飯野山(讃岐富士)登山

受付 7:30～8:00

※帰着予定 12:30～13:30頃

Bコース
(15Km)

里山の
自然を訪ねて

土器川と飯野山(讃岐富士)登山

受付 8:00～8:30

※帰着予定 12:30～13:30頃

受付 Aコース 7:30～8:00 Bコース 8:00～8:30

※コースごとに先着順10人程度の班に分かれ、ストレッチ後随時スタート

受付場所 丸亀城内資料館前「芝生広場」

準備物 マスク、飲み物、雨具

服装 ウォーキング(山歩き)に向けた服装、靴、帽子及び手袋等

申込方法 令和2年11月13日(金)までに「住所・氏名・年齢・電話番号・コース名」を、
電話またはFAXでお申し込みください。※先着100名様

当日申込はできませんので、必ず事前申込をお願いします。

申込先 丸亀市市民生活部スポーツ推進課 TEL:(0877)24-1392

FAX:(0877)24-1309

後援(予定) (公財)丸亀市体育協会 NHK高松放送局 RNC西日本放送 KSB瀬戸内海放送

OHK岡山放送 朝日新聞高松総局 四国新聞社 高松リビング新聞社 CVC中讃テレビ

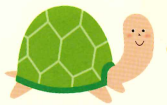
協力団体 丸亀市スポーツ推進委員連絡協議会 特定NPO法人香川県里山ボランティアガイド組合

讃岐富士クラブ 土器川ロマンの会

協賛(予定) コカ・コーラボトラーズジャパン株式会社

主催 丸亀市 全国健康保険協会香川支部 (一財)香川県社会保険協会

ふるさと健康ウォーク in 丸亀

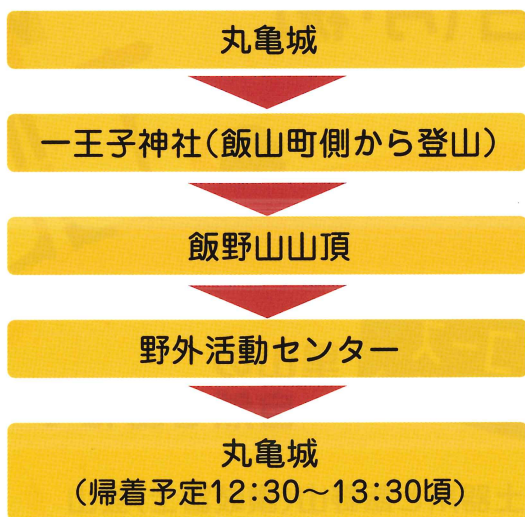


新型コロナウイルス感染予防に関するお願い
～安心して健康ウォークを楽しむために～



- ご自宅を出発する前に必ず体温測定と体調確認を行ってください。
発熱や自覚症状等がある場合は参加をお控えください。
- 受付時の検温にご協力ください。37.5℃以上の方は参加をご遠慮いただきます。
- お申し込み無しの当日参加や香川県外からの参加、2週間以内に海外から帰国された方の参加はお断りします。
- 2週間以内に国内で感染拡大が懸念される地域から帰県された方や、同居の家族に同様の方がいらっしゃる場合は、参加について慎重にご検討ください。
- マスクの着用にご協力ください。※ウォーキング中の着用は任意です。

Aコース 里山の自然を訪ねて(16km) ～健脚コース～



Bコース 里山の自然を訪ねて(15km)

