

参加者  
募集

第16回 旭東中学校区地域ふれあい

# ウォーキング大会



令和5年度は可知学区内を中心に歩きます！

## 11月19日(日) 10:00～12:00頃

集合・受付  
解散場所

可知小学校 体育館 〔受付時間：9時40分～〕

(岡山市東区可知1-83-2)

対象

旭東中学校区にお住まいの方 幼児～高齢者

定員

各コース **60名** ※先着順

参加費

**無料** (※保険に加入しますが、保険代は無料です)

申込み期間  
・方法

**10月2日(月)～11月4日(土)**に旭東公民館へ  
お申し込みください。

(電話可 TEL **943-1154** ※水曜・祝日休館)

### \*ウォーキングコース\*

2コースの中から自分に合ったコースを選んで参加してください  
(申込み時にお知らせください)

#### ①庄内水門・百間川記念碑コース 〔約3.5キロ〕



ファミリー向き。楽しいレクリエーション、可知の歴史に触れながら平坦な道を歩きます。

こうがい

#### ②筈の井戸・山本院コース 〔約6.5キロ〕



百間川の中川橋をわたって、中区米田の山本院まで行きます。健脚の方にオススメ！

- ★駐車台数に限りがありますので、乗り合わせや車以外でお越しく下さい。
- ★歩きやすい靴、服装でおいでください。
- ★持ち物：帽子、水筒(水分補給できるもの)、タオル、靴を入れるビニール袋
- ★雨天の場合は体育館でレクリエーションを行いますので、上履きをご持参ください。



「旭東健康21(きょくとうけんこう21)」とは...

旭東中学校区のみんが健康で心豊かに生きられる地域をめざし、地域の様々な団体が協力して活動しています。  
このウォーキング大会でも準備体操でOKAYAMA! 市民体操を実施する予定です。  
ぜひ、一緒からだを動かしましょう。

