

参加者大募集!

参加費無料

サーキットウォーク in やまみ三原運動公園 でコロナを吹き飛ばそう!

園内1周約1kmをサーキットのように周回するコースです。春から本格的にスポーツを始めたい方にもおすすめです。まずはウォーキングから始めてみませんか。

寒さに負けず、コロナを吹き飛ばし、春の準備を始めましょう♪

※当日会場にて三原薬剤師会による糖尿病リスク測定も行います。

対象:20歳以上の市民で、今年度リスク測定を受けていない人
(糖尿病治療中の方はご遠慮ください。)

令和3年

2月11日(祝木)

※雨天中止

- 集合場所:陸上競技場正面入口前
- 駐車場:第1、第2、第3駐車場(全て無料)
- 受付:8時~12時(ラジオ体操・ストレッチ・ウォークフォームの指導)

※30分間隔でスタートしますので、ご自由にご参加ください。

※但し21km以上を目標とされる方は、9時までに受付を済ませてください。



マスク着用にご協力をお願いします。

- 歩行距離:1km~30km ※各自の体力に合わせて距離を設定してください。
- 最終周回:14時30分まで(クールダウンストレッチの指導)
- 準備物:マスク・飲物・タオル・帽子・着替え・昼食(午後からも歩く方)
- 参加者には「ウォーキング記録手帳」配布

三原薬剤師会による ★血糖値★HbA1c 糖尿病リスク測定開催

糖尿病は自覚症状のない病気です。指先で採血して約6分で結果が分かります。自分のカラダを知ることが予防・改善の第一歩!

お気軽にお申込みください。

ところ:陸上競技場会議室

時間:9:00~13:00 (無料)



お申込み・お問合せは、やまみ三原運動公園管理事務所まで電話かFAXでお願いします。

※氏名・年齢・住所・電話番号・目標距離を明記してください。

申込・問合せ先
やまみ三原運動公園指定管理者
認定NPO法人ポラーノ
三原市沼田東釜山 10253-1
電話:0848-66-3900
FAX:0848-66-5122



主催:認定NPO法人ポラーノ・三原市運動普及リーダー会
後援:三原薬剤師会・三原市公衆衛生推進協議会
三原浮城ライオンズクラブ・三原市教育委員会