

真庭を歩こう！

秋の

久世 はつらつウォーク

夏から秋へ季節の移ろいを感じる約4.0kmコース

令和7年 **10月14日** 火

参加費
無料

予約不要
当日参加
OK!

集合場所：久世公民館前

雨天中止の場合は告知放送でお知らせします

受付時間：午前 9時45分

スタート：午前 10時00分

お得に！健康に！

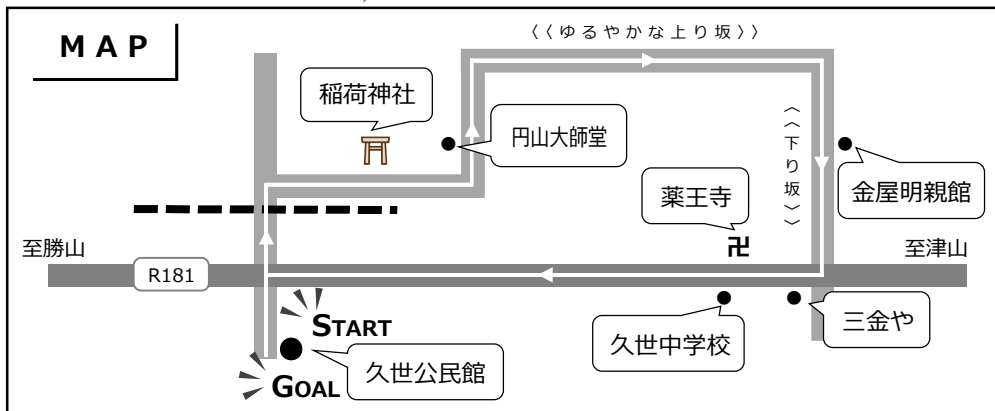


—まにこいんポイント—

100P

距離：約4.0km 歩数：約5,000歩
所要時間：約1時間20分 消費カロリー：約200kcal

秋の風を感じながら
軽く汗を流しましょう



持ち物

飲み物、汗拭きタオル、帽子、ポールなど各自必要なもの

その他

- ・歩きやすい靴、服装でお越してください
- ・生活習慣病等治療中の方は、主治医にご相談の上参加ください

問合せ

真庭市役所健康推進課 (担当：兵江)

TEL 0867-42-1050 FAX 0867-42-1388

主催

はつらつ久世 21 実行委員会