

2008年度 健康ウォーキング予定表

日時	コース	距離	所要時間	集合場所	集合時刻	参加料
5/21 (水)	旅伏山登山コース	4.2K	150分	旅伏山登山口	9:00	無料
新緑の旅伏山を登山するコースです。						
6/4 (水)	十六島半島周遊コース	8.2K	120分	北浜コミュニティセンター	9:00	無料
緑と青のコントラストがとても美しいコースです。						
9/10 (水)	湖遊館 Walking & カヌー	4K	60分	湖遊館駐車場	9:30	260円
湖遊館周辺のサイクリングロード(4K)を歩いたあと、カヌー体験(60分)をさせていただきます。						
10/15 (水)	一畑薬師石段コース	5K	90分	一畑山上駐車場	9:30	無料
一畑薬師マラソン大会と同じコースです。来年はマラソン大会に参加しましょう!						
11/23 (日)	※ 上級者向け 北山縦走コース	10K	300分	旅伏山登山口	8:30	無料
出雲北山(旅伏山~伊怒谷峠~鼻高山~矢尾峠)から高浜へ下るスケールの大きいルートです。 ※帰りは高浜駅より一畑電車を利用しますので電車賃をお持ちください。						
1/11 (日)	初詣ウォーク出雲大社	16K	210分	平田図書館	9:00	無料
旧道を歩き出雲大社を目指します。 ※参拝後、現地解散とします。一畑電鉄等ご利用ください。						
3/11 (水)	<松江しんじ湖温泉walk>			雲州平田駅前	8:30	無料
	雲州平田駅~湖遊館	5K	60分			
	雲州平田駅~つのもり	10K	120分			
	雲州平田駅~秋鹿	15K	180分			
	雲州平田駅~松江イカリツツカデソ前	20K	240分			
雲州平田駅~松江しんじ湖温泉	25K	300分				
平田市駅→松江しんじ湖温泉方面に向かい、5K・10K・15K・20K・25Kの選択コースです。 ※帰りは各自で最寄駅より一畑電鉄をご利用ください。 途中昼食をとります。飲食物をお持ちください。						

- ① 健康であればどなたでも参加できます。参加の方は集合場所にお集まりください。(現地集合・現地解散)
- ② 雨も自然、原則として雨天決行とします。(中止か実施かは集合場所にて決定)
- ③ 雨具・着替え・飲食物等、必要なものは各自でご用意ください。

(注)
万が一の時のために傷害保険には当方で加入しますが、応急措置のみ当方の責としてそれ以外の責任は負いません。

<問い合わせ先>



平田スポーツ公園

出雲市平田町2960-1

Tel 0853-62-1011

URL: <http://www.hit-5.net/~npo-hirata/>

mail: h-sports@local.city.izumo.shimane.jp