**健康は歩いてこない*！！*さあはじめよう*！！*ウォーキング**



**ウォーキング開催のご案内**

**つくば歩いて見る会はウォーキングを通じて、健康の維持・増進と楽しさを、**

**多くの方々に推進しょうと活動しています。**

**平成30年度は下記日程で開催致します、どなたでもお気軽にご参加下さい。**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **月　日** |  | **月　日** |  |
| **181回**  **4月**  **22日** | **つくば市街**  **東・西・南・北・大通りを**歩こう  **集合場所：大清水公園**  参加費無料  **出発時間：午前10時** | **187回**  **10月**  **28日** | **遠征ウォーク　栃木県・宇都宮市**  　餃子の街  宇都宮市街を歩こう  **集合場所：TX万博記念公園駅前**  **出発時間：午前７時30分** |
| **182回**  **５月**  **27日** | **遠征ウォーク　東京都内**  王子・飛鳥山公園～  巣鴨とげぬき地蔵へ歩こう  **集合場所：TX万博記念公園駅前**  **出発時間：午前７時30分** | **188回**  **11月**  **25日** | **つくば市**  高崎自然の森～  おぐろくの森周辺を歩こう  **集合場所：高崎自然の森駐車場**  **出発時間：午前10時** |
| **183回**  **６月**  **24日** | **つくば市**  谷田部地区～田園地帯～研究団地周辺を歩こう  **集合場所：ふれあい広場**  **（旧谷田部庁舎前）**  **出発時間：午前10時** | **189回**  **12月**  **16日**  **第３日曜日** | **TX沿線　つくば市街**  みどりの駅～  研究学園駅周辺へ歩こう  **集合場所：TXみどりの駅前**  **出発時間：午前10時** |
| **184回**  **7月**  **29日** | **遠征ウォーク　千葉県・鴨川市**  　初夏のあじさいの路を巡る  清澄寺～天拝園へ歩こう  **集合場所：TX万博記念公園駅前**  **出発時間：午前6時30分** | **190回**  **31年**  **1月**  **27日** | **遠征ウォーク　埼玉県・さいたま市**  　武蔵一ノ宮・氷川神社に詣で  大宮区～浦和区を歩こう  **集合場所：TX万博記念公園駅前**  **出発時間：午前７時30分** |
| **185回**  **8月**  **26日** | **TX沿線　守谷市**  **緑豊かな**  守谷市街を歩こう  **（ビール工場見学あり）**  **集合場所：TX守谷駅改札前**  **出発時間：午前10時** | **191回**  **2月**  **24日** | **TX沿線　東京都内**  南千住～  御徒町周辺を歩こう  **集合場所：TX南千住駅改札前**  **出発時間：午前10時** |
| **186回**  **9月**  **30日**  **第5日曜日** | **取手市**  **初秋の**  小貝川を**歩こう**  **集合場所：JR常磐線・佐貫駅西口**  **出発時間：午前10時** | **192回**  **3月**  **31日**  **第5日曜日** | **遠征ウォーク神奈川県・三浦市**  **早春の三浦半島**  海岸沿い岩礁の路を**歩こう**  **集合場所：TX万博記念公園駅前**  **出発時間：午前6時45分** |

**★　例会ウォークは毎月第4日曜日実施します。（出発時間30分前より受付開始）**

**（注・9月は第５日曜、12月は第３日曜日、31年3月は第5日曜に実施です）**

* **例会ウォーク参加費300円（会員100円）**
* **５月、７月、10月、31年１月、3月は（バス利用）事前申し込みとなり、（3か月前より受付ます）**

**参加費については別途定めます。**

* **集合場所については変更する場合があります、事前に確認の上ご参加下さい。**

**お問い合せ**

**（特定非営利法人）ＮＰＯ日本スポーツ振興協会事務局内**

**つくば歩いて見る会　佐藤　090－3044－6191**

**FAX　029－847－7283**