



～新年の三が日は、新たな決意と共に健康ウォーキングにトライ～

ニューイヤーウォーク in 弘法山 2024

健康で明るい生活を過ごすには、日々の運動習慣が欠かせません。

体力、筋力の維持および**向上**、生活機能低下の予防や、**体力づくり**の一環としてのウォーキングを**奨励**します。



1月1日からの3日間、秦野の街並み

や**表丹沢**、**富士山**、**関東平野**を一望できる弘法山公園(権現山山頂)へのウォーキングに**チャレンジ**し、**体力づくり**の習慣化に取り組んでみませんか。



☆当日山頂は冷えますので防寒対策をしてください。

☆許可のない焚火は禁止します。

☆元旦の早朝のみ甘酒を提供します。(雨天中止)

～皆様の御参加をお待ちしております～

↓はだのウォーキングガイドQRコード



問い合わせ先 秦野市文化スポーツ部 スポーツ推進課

TEL:0463-84-2795(12/27までの平日 8:30～17:00)

裏面あり→

