

平成30年度

市民ウォーキング

平成31年1月27日(日)



8:15 受付

名前を書いてパンフレットを受取ります



8:30 開会式

木村支会長のあいさつ



準備体操

しっかり体をほぐして準備OK



8:45 市民センターを出発

朝から雲ひとつない晴天、元気に出発



霞川遊歩道（大橋付近）
足取り軽くにぎやかにウォーキング



天使園付近
この辺りから上り坂になります



今井林道（入口付近）
木立の中をサクサク歩きます



阿須丘陵七国コース
第一の難所（急勾配の下り坂）
足元に注意してゆっくり下ります



第二の難所（急勾配の上り坂）
急坂を気合を入れて登ります



お休みどころで休憩
急坂を登り切りホッと一休みです



七国峠ハイキングコース
休憩の後ウォーキング再開です



七国広場で休憩
視界が開け暖かい陽を浴びて休憩です



薬王寺
ここまで来れば一安心、ゴール間近です



11:05 閉会式
神山副支会長のあいさつ



11:15 お汁粉、コーンスープの
無料サービス
配膳机の前は大行列です



11:30 お疲れさまでした（解散）
心と体を温めてお帰りください