

ひむかメディカル ひむかウォーキング 継続を楽しもう！



日程/ 令和元年 11月10日(日) (雨天時中止、前日判断でご連絡します)

参加費/ **無料** (歩行可能な方)

会場/ (スタート・ゴール) 宮崎市 阿波岐原森林公園 運動広場

8:45 受付開始 9:00 開会・説明 9:15 ウォーキングスタート

コースは4kmのみ。早く歩く方とゆっくりの方で2グループに分けます (約1時間程)

- *参加人数 **先着 100名**まで (お早めにご連絡ください)
- *事前受付 **必須** (当日の直接参加はお断りさせて頂く場合があります)
- *公園内自然散策路のウォーキング、車道を歩きません。
- *無料保険加入、緊急時病院との提携あり、AED設置、車イス準備有
- *こちらで1日保険加入をいたします。(当社負担)
- *当日 各自携行品/ 水筒、帽子など。各自虫除け対策もお願いします。



【運動広場】

集合場所です。
直接お越しください。
(スタート・ゴール地点)
尚、駐車場は、公園の駐車場をご利用ください。

申し込み方法：メール、FAX。 もしくは、最寄りのひむかメディカル系列へ。

申込専用メールアドレス：himuka1110@yahoo.co.jp

FAX：0986 (45) 0366

申し込み期限/ 10月31日まで。

主催/ 株式会社 ひむかメディカル

健康フェア実行委員会 担当：永田 裕介

*申し込みフォーム FAX：0986 (45) 0366 (R1.11.10 ウォーキング)

住所： 電話：
氏名： (生年月日： 年 月 日)
氏名： (生年月日： 年 月 日)
氏名： (生年月日： 年 月 日)

持病等お身体で配慮してほしい点など：