しんじゅく健康プロジェクト～歩くことからはじまる健康スタイル～

東京2020公認プログラム

日本市民スポーツ連盟認定

しんじゅく シティウォーク 2017

みんなで楽しく
秋のしんじゅくを歩こう！

開催日 平成29年 **11月11日 土** （雨天実施）

9:00 受付開始　9:40 出発式　10:00 出発

ゴール受付は 15:00 まで

スタート ゴール 新宿中央公園 芝生の広場

コース 12km・8km・4km

対象 区内在住・在勤・在学の方
（小学生以下は保護者同伴）

定員 300名（先着順）　**参加費** 無料

からだにいいこと はじめよう
野菜もう1皿
運動あと10分
Shinjuku City

プレゼントその1

新作 新宿区ウォーキングマップ

※イラストはイメージです。実際のものとは異なります。

プレゼントその2

各コースのチェックポイントを全てまわりゴールすると

完歩証・完歩バッジ
飲料水

※イラストはイメージです。実際のものとは異なります。

出展ブース 終わった後のお楽しみ！

- ノルディックウォーク体験
- 似顔絵缶バッチ作成

申込期間 平成29年10月2日（月）～11月2日（木）

TELかFAXでお申し込み下さい

新宿区健康部健康づくり課健康づくり推進係（第2分庁舎分館1階）

TEL03-5273-3047　FAX 03-5273-3930

※開催当日のお申し込みはできません

【主　催】新宿区
【委託先】ＮＰＯ法人新宿区ウオーキング協会
【協　力】宝塚大学東京メディア芸術学部
【協　賛】味の素（株）

Official Programme

TOKYO 2020　TOKYO 2020 PARALYMPIC GAMES