

しんじゆく ウォーキング情報



歩いてまちの魅力を再発見しながら、楽しく健康づくりしませんか。
詳細はお問い合わせください。

対 象 年齢問わず、どなたでも

持 ち 物 飲み物・帽子・雨具などは各自でご用意ください。

服 装 手が自由になるように、また運動しやすい服装(スカート不可)
また、運動靴でお越しください。

協力：NPO法人新宿区ウォーキング協会

定員人数なし！お気軽にご参加ください
**申込み
不要！**

いきいきウオーク新宿

初心者向け

9:00~12:00

パスポート
(参加記録証)
あり!

コース距離

4km~5Km

費用

無料

5/26 金

「区内の福祉施設巡り」

若松町地域センター→住吉町生涯学習館→富久さくら公園
→新宿地域交流館→信濃町シニア活動館→信濃町希望公園

6/23 金

「国際色豊かな新宿大久保の
表道と横道を歩いて見よう」

大久保地域センター→皆中稲荷神社→職安通り→イースト
サイドスクエア→大久保通り→大久保地域センター

9/22 金

戸塚エリア

戸塚地域センターからスタート (コース未定)

10/27 金

落合エリア

落合第一地域センターからスタート (コース未定)

11/24 金

落合エリア

落合第二地域センターからスタート (コース未定)

3/23 金

柏木エリア

柏木地域センターからスタート (コース未定)

問合せ

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)

電話 03(5273)3047・FAX 03(5273)3930

レガス健康ウオーク



中級者向け

9:00~12:00

コース距離

8km~9Km

費用

400円

5/17 水

今はなき都会の雑踏の街に消えた川
～渋谷川をたどる～

6/21 水

奈良・鎌倉の次は板橋の東京大仏

7/19 水

文京区の庭園 寺院散策(案)

7/29 土

北鎌倉の切通しを抜けて夏の海に

9/20 水

隅田川河岸を千住大橋から浅草へ

10/9 月

スポレク:1万歩体験ウォーキング2017

10/18 水

祝 漱石山房記念館オープンウオーク

11/15 水

六本木・赤坂に残る江戸風情

12/20 水

野火止め用水沿いを歩く

1/10 水

山の手七福神詣で

2/21 水

梅・松・桜に招き猫(案)

3/21 水

桜咲く 江戸を歩く(案)

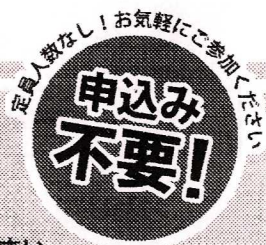
問合せ

未来創造財団スポーツ課: 電話 03(3232)7701

対象: 年齢問わず、どなたでも

持ち物: 飲み物・帽子・雨具などは各自でご用意ください。

服装: 手が自由になるように、また運動しやすい服装(スカート不可)また、運動靴でお越しください。



協力: NPO法人新宿区ウォーキング協会