

令和6年度ウォーキング予定 (11月以降)

<シティウォーク>

- ・11月10日(日) 多摩湖ウォーク
- ・12月8日(日) 青梅の森散策
- ・1月4日(土) 初春 武蔵野七福神めぐり
- ・2月はお休みです。
- ・3月23日(日) 第16回神田川さくらウォーク

<ミニウォーク>

- ・11月2日(土) 六本木・麻布十番をめぐる
- ・12月14日(土) はげの道に沿って
- ・1月11日(土) 三河島散策
- ・2月はお休みです
- ・3月1日(土) 小江戸川越をめぐる

皆様 今年の夏は昨年以上に暑く、熱中症警戒アラートが頻繁に出ておりました。最高気温が40℃になることも珍しくなく、地球沸騰化が現実味をおびてきました。

7/24～8/12までパリでは夏季オリンピックが開催され、日本選手も数多くの競技で活躍されました。その中にはうれし涙も悔し涙もあり、我々に多くの感動と勇気を与えてくれました。やはり「頑張ることをあきらめない人に、真の充実感が訪れる」ように、いくつになっても夢や希望を持って生きたいものです。

さあ今月から後半戦のスタートです。8日にはシティWがあります。体調管理に気を付けて参加してください。お待ちしております。



これからの予定

シティウォーク

9月8日(日) 第220回

高輪歴史散策 10km

集合 9時30分(小雨決行)

場所 高輪公園

(JR品川駅高輪口 徒歩10分)

解散 JR高輪ゲートウェイ駅

12時30分頃

10月13日(日)

バス&ウォーク(体育祭)

鋸山

ミニウォーク(会員限定)

10月5日(土) 第244回

黒川清流公園と浅川 5km

集合 8時45分(小雨決行)

場所 JR三鷹駅改札内

解散 京王高幡不動駅北口

12時30分頃

11月2日(土) 第245回

六本木・麻布十番をめぐる

やさしいウォーキング教室

2024年度第3回

10月19日(土)

集合 9時30分(小雨決行)

場所 井の頭公園野外ステージ前
(吉祥寺駅公園口徒歩7分)

解散 丸池公園 12時30分頃

教室 約1時間

教室後 丸池公園まで歩きます

第4回の予定 1月18日(土)

教室後 高井戸公園まで歩きます

歩きました

7/6 西国分寺界限散策



姿見の池で水分補給

猛暑の中27名の方が参加されました。



お知らせ

◎やさしいW教室

7月20日(土)

猛暑の中 実施



◎都民スポレクふれあい大会

「海舟の出世と引越」9月28日(土)

集合 8時45分(小雨決行)

場所 両国公園 (JR両国駅東口徒歩5分)

◎バス&ウォーク「鋸山」10月13日(日)

*参加申込は市報(9月1日号)をご覧になって往復はがきでスポーツ協会宛までお願いします。

応募多数の場合は抽選となります。