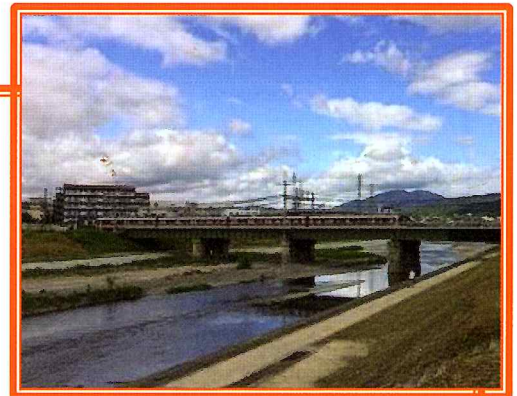


すこやかクラブ京都 若手委員会

# 竹田から五条へ 河川敷ウォーキング

鴨川河川敷を竹田橋から五条大橋まで歩きます。上流の賀茂川とはまた違う景色が楽しめます。ウォーキングは、さまざまな生活習慣病の予防・改善につながるだけでなく、リラックス効果もあり、心身の健康を保つのに効果的です。歩く習慣を身に付けて『めざせ！健康長寿』

- 開催日時 平成30年10月30日（火） 雨天決行
- 集合時間 午前9時30分（午前9時45分ごろ出発）
- 集合場所 竹田橋堤防  
地下鉄竹田駅 北口改札側2番出口より徒歩10分  
（下京区老連が道案内に立っています）
- コース 竹田橋（西岸） → 鐘ヶ淵 →  
塩小路橋（東岸へ） → 旧六条河原 → 五条大橋【解散】
- 所要時間 約2時間（約5km）



10月13日（土）までに区老連若手委員会へお申込み下さい。



主催 すこやかクラブ京都（京都市老人クラブ連合会） 若手委員会  
担当 下京区シルバークラブ連合会 若手委員会

〈 切り取り 〉

申 込 書 平成 年 月 日

「竹田から五条へ河川敷ウォーキング」に申し込みます。

氏 名 男・女 年齢 歳

住 所

学 区 TEL ー