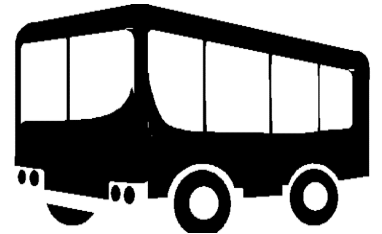


WHOウォークイベント 2014



国営越後丘陵公園



日時	10月31日金曜日 9時30分
集合場所	長岡駅大手口 交番前
行き先	香いのバラまつり 国営越後丘陵公園
参加費	800円 (長岡駅から公園までのバス賃・入園料含む)
持ち物	参加費・お弁当・飲物・雨具や傘等 (天候によっては防寒対策を)
募集定員	20名 ★申し込みが必要です★
参加条件	組合員の方 (員外の方は当日加入OKです、申込時にお知らせ下さい)

※帰りは法人車両にて、長岡駅または四郎丸・新町わいが家までお送り致します。

☆注意事項

- 参加には事前申込が必要です。 当日申込はありませんのでご注意ください。
- 当日は、ウォーキングで10km程度を歩く予定です。歩きやすい靴で参加下さい。
- ウォーキングコースは園内の古民家までの往復コースです。(片道約4.2km) 往復でのウォーキングを予定していますが、天候やその他の事情により復路は園内バスを利用することもあります。
- 昼食はお弁当の持参をお願いします。
- 小雨程度は実施しますが荒天の場合は中止します。判断に迷う場合はお問い合わせ下さい。

★裏面をご覧ください

行 程 表

9:30	長岡駅大手口 交番前 集合
9:50	長岡駅から路線バス 丘陵公園行き乗車
10:30	丘陵公園到着 ウォーキング開始
12:00	古民家到着 昼食休憩
13:00	古民家出発
14:30~	休憩 園内自由散策
15:15	丘陵公園出発
15:30	長岡駅
15:45	四郎丸・新町わいが家到着 解散

※天候によっては帰りの時間が早くなることもあります。

☆**申込が必要です。当日参加はできませんので、ご了承下さい**☆

申込締め切り 10月29日17時

申し込み お問い合わせは

☎39-2882

(平日9時~17時)

四郎丸わいが家 運動教室

主催 ながおか医療生活協同組合 組織活動・健康づくり委員会